

国家艺术学科重点科研项目  
中国民族民间舞蹈集成

丛书

# 云南佤族民间舞蹈

临沧市文化局 编

云南民族出版社

# 临沧市民族文化丛书编纂委员会

顾    问 李国伟 刘    明 杨    军 马迎春  
主    任 张龙明  
副主任 刘云山 张世彩 刘建安  
成    员 赵文森 施家昆 王玉仙 张继周 刘    力  
            杨艺华 李双强 马    娟 赵青平 董开荣

## 办公室

主    任 张世彩（兼）  
成    员 王世雄 施家昆 何    松 陈庆云 张继周  
            赵文森 刘    力 王玉仙 李发清

# 《云南佤族民间舞蹈》

主 编 王世雄  
副 主 编 陈 净  
编 辑 鲍志铭 彭成芳 陈庆云  
绘 图 刘永根  
终 审 张龙明 聂乾先 龙 翔  
照片提供 临沧市文化局档案室

# 证书

《佤族民间舞蹈》经国家“民舞集成”总部和  
省卷编辑部终审，达到验收标准。特发此合格证书。



## 《佤族民间舞蹈》

# 终 审 鉴 定 书

《中国民族民间舞蹈集成》是“七五”至“八五”期间国家艺术科学重点科研项目。是一项研究我国各民族文化艺术遗产的巨大工程。经过十多年的艰苦奋斗，已取得了巨大的科研成果。《佤族民间舞蹈》就是其中之一。

《佤族民间舞蹈》是《中国民族民间舞蹈集成·云南卷》的重要组成部份。该卷从一九八五年开始普查收集，在大量的民间舞蹈基础上，通过认真的研究和选编，形成了书稿二十余万字，经国家卷总编辑部和省卷编辑部的多次会审，并由编者反复修改，现通过终审，鉴定如下：

1、《佤族民间舞蹈》全面记述了云南佤族民间舞蹈的历史和现状，对佤族的文化历史、习俗等有一定探讨，是一部集民族学、民俗学和民间舞蹈研究为一体的学术专著。

2、《佤族民间舞蹈》精选编辑了云南佤族民间舞蹈九种八十多个组合，较全面地记述了各类舞蹈的历史渊源，动律特征，对研究佤族舞蹈的历史及发展情况，具有一定科研价值和史料价值。

3、《佤族民间舞蹈》达到了省编辑部提出的“资料全、探讨深、叙述清、文化精、还原好、合体例”的验收标准。佤族是我省的特有民族，其独特的民间舞蹈在我国乃至全世界均有一定声誉，为弘扬其民族文化，建议有关部门在对民族宗教政策进一步把关的前提下能公开出版。

此鉴定

云南省文化厅  
云南省民族艺术研究所  
《中国民族民间舞蹈集成云南卷》  
编辑部

一九九四年八月一日

## 前　　言

临沧市人民政府市长 刘 明

临沧，是中国佤族文化的荟萃之地，是世界茶叶的故乡和茶文化的发祥地。在这片神奇的土地上，12个世居民族一代又一代生息和繁衍，创造出了丰富绚丽、多姿多彩的以佤文化、茶文化为主的民族文化，成为中华民族文化的一个重要组成部分。

临沧各族人民自古热爱祖国，团结和睦，勤劳奋发。班洪抗英纪念碑，记载了阿佤人民抗敌守土的英雄史诗；冯绍裘先生1938年在凤庆研制滇红，曾一举夺得巴拿马国际金奖，创云南现代红茶生产之先河，为临沧赢得了“滇红之乡”的美称。

新中国成立后，特别是改革开放以来，临沧发生了翻天覆地的变化。我们积极支持澜沧江中游漫湾、大朝山、小湾三个大电站开发建设，在不到200公里的江面上，矗立起三座百万千瓦级以上的大电站，堪称亚洲奇迹；我们培育蔗糖、茶叶等优势产业，建设社会主义新农村，建设园林城市，城乡变化日新月异，经济社会加快发展。

与此同时，临沧民族文化也彰显出自己独特的个性。沧源崖画、广允缅寺壁画、耿马石佛洞文化，向世人展示了3000多年前的古老文明；众多的少数民族山寨，几乎还保留着原生态的自然风貌和民族习俗；忙怀新石器文化遗址、凤庆文庙、鲁史古镇青石板上镌刻的茶马古道的昔日辉煌，汉族文化在这里既传承着中原文化的精华，又吸收了边地文化之灵气；佤族木鼓舞、傣族构皮手工造纸工艺等，被列入国家首批非物质文化遗产保护名录。所有这些，无不向我们说明：临沧，是一个民族文化富集的不可多得之地。

文化是一个国家和民族的灵魂。任何民族文化，都是一部绵绵不绝的史诗。中华民族文化的繁荣发展离不开各个少数民族文化的繁荣和发展。保护、开发、发展和繁荣民族文化是文化建设的重要内容，是当前的首要任务。党的十六大报告指出：“必须把弘扬和培育民族精神作为文化建设的重要任务，使全体人民保持昂扬向上的精神状态。”保护和发掘我们的民族文化，是弘扬临沧精神、弘扬中华民族精神的需要。

随着经济全球化的到来，文化经济已经从全球经济的边缘走向中心，开

始了文化经济化、经济文化化的经济文化一体化进程。由此，文化不仅依赖于经济，而且非常有助于推动经济发展，具有先导性的作用。临沧的经济还不够发达，基础设施相对滞后，许多群众仍很贫困，但是有着许多先进的文化，完全可以成为先进文化的一片绿洲，因而也就更应该注重文化的先导作用。这并不是说经济不重要，而是我们不能以为经济发展了，文化也就能上去。实践证明，哪里注意了文化的先导作用，哪里就会充满希望。“重视文化穷不久，没有文化富不长”。只有大家重视文化，懂得利用文化，临沧的发展才有希望。

加快临沧民族文化研究，是时代的需要，是发展的需要，是临沧各族人民的需要，是临沧建设和谐社会的需要。多年来，许多致力于临沧民族文化研究的广大工作者，已经做了大量卓有成效的工作，整理发掘了一批很有价值的研究成果，折射了临沧经济社会的发展历程，反映了临沧的历史和现实状况，是解读秘境临沧的一把钥匙，读者可以通过这些研究，更加深切的体验秘境，感受临沧。编辑出版《临沧民族文化系列丛书》，意义也就显得特别重大。编者嘱我作序，便欣然应允，是为前言，以慰著者，以飨读者。

# 序

临沧市文化局局长 张龙明

《云南佤族民间舞蹈》是《中国民族民间舞蹈集成·云南卷》的组成部分，经过十多年的孕育，今天与读者见面。

《中国民族民间舞蹈集成》是国家艺术学科重点科研项目之一。自1981年开始至今，用了20多年时间在全国范围内进行了大规模的收集整理，编辑出版，使中华民族这一宝贵的文化艺术遗产得到了有效的抢救与保护。根据省文化厅、省民委、省舞协的安排，临沧于1985年开展此项工作，历时三年，文化艺术工作者踏遍临沧山山水水，收集整理了大量的民间舞蹈资料，并相继有云县、凤庆、临沧、永德、镇康、双江六个县以不同形式整理出版了“县资料卷”，沧源与耿马也编辑成册。此后，省编辑部决定编辑各个世居少数民族分册，由这些民族聚居且民间舞蹈资源丰富的各地州分别承担编辑出版任务。《云南佤族民间舞蹈》的编辑出版任务便理所当然的落到佤族民间舞蹈丰富多采的临沧。1993年，临沧行署文化局组织人力，在省编辑部的协助下着手编辑整理《云南佤族民间舞蹈》，历时一年时间完稿，经国家“民舞集成”总部和省卷编辑部终审通过并给予了很高的评价。

《云南佤族民间舞蹈》倾注了临沧乃至有关地州致力于佤族优秀传统文化研究的文化工作者的心血，达到了省编辑部提出的“资料全、探讨深、叙述清、文字清、还原好、合体例”的要求。它的面世，对我们弘扬佤族优秀传统文化，繁荣民族艺术创作，打造佤族文化品牌，研究佤族的历史文化，将有十分重要的意义。它是我们抢救、保护、发掘、整理临沧民族民间优秀传统文化的一项重要举措。

临沧民族众多，民族文化资源丰富，认真贯彻《云南省民族民间优秀传统文化保护条例》，使我们各族优秀的传统文化弘扬光大，代代相传，是我们文化艺术工作者义不容辞的责任，我们必须这样做，我们也正在这样做。

# 目 录

前 言 .....	(1)
序 .....	(1)
凡 例 .....	(1)
概 况 .....	(3)
<b>本卷统一的名称术语 .....</b>	<b>(13)</b>
(一) 基本方位 .....	(13)
(二) 人体部位名称 .....	(14)
(三) 服饰统一名称 .....	(14)
(四) 道具统一名称 .....	(20)
(五) 常用动作 .....	(24)
(六) 道具执法统一术语 .....	(31)
 <b>木鼓舞 .....</b>	 <b>(39)</b>
一、拉木鼓 .....	(41)
二、跳木鼓房 .....	(48)
1、跳一下 .....	(49)
2、跳三下 .....	(50)
3、送膝舞 .....	(51)
4、铿锣舞 .....	(52)
5、西盟跳木鼓房 .....	(53)
三、敲木鼓 .....	(59)
四、砍头刀舞 .....	(64)
五、迎头舞和送头舞 .....	(70)
六、剽牛舞 .....	(75)
 <b>芦笙舞 .....</b>	 <b>(79)</b>
1、白鹇舞 .....	(89)
2、鸡叫舞 .....	(91)
3、龙摆舞 .....	(92)
4、乌鸦舞 .....	(93)

5、蟋蟀舞	(93)
6、斑鸠舞	(95)
7、喜鹊舞	(96)
8、鸡盘食	(97)
9、布谷鸟舞	(98)
10、麂子舞	(98)
11、勾脚舞	(99)
12、蒿子摆	(100)
13、往后跳	(101)
14、扭脚舞	(102)
15、绕膝舞	(103)
16、转饭锅舞	(103)
17、凑火舞	(104)
 打 歌	(105)
1、孤儿舞	(115)
2、跳脚歌	(117)
3、毕颂舞	(118)
4、对脚歌	(119)
5、八踩脚	(120)
6、对穿花	(121)
7、跳虎	(123)
8、跳柯哎	(123)
9、跳乃	(124)
10、跳布朗缅	(125)
11、膝盖歌	(125)
 青年舞	(127)
1、三弦舞	(133)
2、口弦舞	(133)
3、青年舞	(134)
4、毯子舞	(134)
 女青年舞	(136)
1、沧源甩发舞	(140)
2、西盟甩发舞	(141)
3、月亮升起来	(141)
4、多依花	(142)

---

<b>跳 摆</b>	.....	(143)
1、沧源佤族摆	.....	(154)
2、直摆	.....	(154)
3、耍刀摆	.....	(154)
4、拍手打脚摆	.....	(154)
5、反面摆	.....	(155)
6、穿花摆	.....	(155)
7、哦咳朗	.....	(156)
8、雪管朵	.....	(156)
9、雪排吉	.....	(156)
 <b>蜂桶鼓舞</b>	.....	(158)
1、跳家	.....	(165)
2、水鼓舞	.....	(165)
 <b>儿童舞</b>	.....	(169)
1、黄泡黄	.....	(170)
2、花生跳	.....	(171)
3、路平平	.....	(171)
4、团团转	.....	(172)
5、泉水流	.....	(173)
6、卷叶子	.....	(173)
7、拉手舞	.....	(174)
8、小红米长	.....	(174)
9、摘树果	.....	(176)
10、芒果树	.....	(177)
 <b>丧葬舞</b>	.....	(186)
1、白棒舞与竹竿舞	.....	(186)
2、悼念舞与棺材舞	.....	(193)
3、春碓舞	.....	(199)
4、扫帚舞	.....	(203)
5、捣耳朵	.....	(206)
 <b>叫谷魂</b>	.....	(209)
<b>整瓦</b>	.....	(216)
<b>论文史料选</b>	.....	(219)
一、佤族的“白棒舞”	.....	(219)

二、沧源佤族的传统节日	(219)
三、蜂桶鼓的传说	(221)
四、达赛玛的传说	(222)
五、沧源崖画与佤族羽舞	(225)
六、沧源崖画舞蹈的律动美	(227)
七、从沧源崖画舞图看中国舞蹈之“圆”	(228)
八、佤族木鼓舞	(230)
九、浅析佤族舞蹈的传承与风格	(233)
<b>佤族节日调查表</b>	(237)
<b>佤族民间舞蹈调查表</b>	(243)
<b>艺人登记表</b>	(246)
<b>主要艺人简介</b>	(252)
<b>后记</b>	(254)

## 凡例

一、《中国民族民间舞蹈集成》记录我国各地区、各民族的传统舞蹈。全书按我国现行行政区域划分省〈市、自治区〉卷。各卷按民族分别介绍当地流传的民间舞蹈（包括中华苏维埃和抗日战争时期的革命题材歌舞）。解放后专业舞蹈工作者创作和改编的作品不属本书选收范围。

二、本书全国统一版本均采用汉文记录。有文字的少数民族由有关的省〈市、自治区〉卷编辑部负责出版本民族文字版本。

三、本书记录的各民族民间舞蹈，均忠实于本来面貌。力求完整地保存民族舞蹈遗产，为今后民族新舞蹈艺术的研究、创作、表演、教学提供科学、可靠的依据。

四、各地民族民间舞蹈调查表，均以县（区）为单位登记。县内相同或大同小异的舞蹈，只列其一，县与县之间不论相同与否均照实登记。

五、各省卷“统一名称术语”中所列舞蹈动作，均为全国或本省较普及的常用动作，只做图示，不做详细说明。

六、本书技术说明部分（舞曲、动作、场记、服饰、道具等）采用图文对照、音舞结合的方法介绍。阅读时必须文字、乐谱、插图相互对照。其中动作说明以“人体方位”〈见本卷统一的名称术语〉定向；场记说明以“舞台方位”（同上）定向。

七、“场记说明”介绍一个舞蹈节目〈或片断〉的表演全过程（包括表演者位置、走向、动作、队形等）。场记说明中：左边为场记图，右边文字为该场记跳法的说明。场记图按舞蹈展开顺序排列、编码。图与图之间首尾相接——前一图的终点即后一图的起点。凡变化复杂或人物众多的场记图，均辅以分解场记图，把该场记分成若干局部图，逐次介绍，分解场记图隶属于该整体场记图之内，不编场记序码。每段说明文字前的六角括号（〔〕），是音乐小节符号，括号中的文字代表音乐长度，如〔1〕即第一小节，〔1〕～〔4〕即第一小节至第四小节。

八、本书舞蹈音乐根据介绍舞蹈节目和研究舞蹈音乐的需要，选入当地代表性曲目。曲目中用书名号者（《 》）为歌曲，用方括号者（[ ]）为器乐和打击乐曲牌。为保持原来面貌，对其名称、演奏术语和锣鼓字谱（锣鼓经）等，都按当地民间的习惯用语标记。

九、音乐曲谱中所用的简谱符号，尽量采取国内通用符号。唯打击乐谱中增加闷击符号 $\wedge$ ，击鼓边符号 $\smile$ ，记法如 $\overset{\wedge}{x} \cdot \overset{\smile}{x}$ 。其他特殊符号将在曲谱后加以注释。

十、少数民族舞蹈的歌词，为便于广大读者学唱，一般附加汉语译配或汉语拼音注音。

十一、本书纪年，公历用阿拉伯数码，如 1930 年 10 月生；张才（1910—1978）；公元前 209 年。农历用汉语数码，如唐贞观年；清康熙五十九年十月或农历正月十五日等。

## 概 况

云南佤族据 2000 年第五次人口普查有 396610 人。主要居住在沧源、西盟、澜沧、孟连、耿马、双江、镇康、永德、景东、普洱、昌宁、腾冲等县以及西双版纳的部分地区。沧源和西盟是我国仅有的两个佤族自治县，仅沧源就有佤族人口 14.8 万人。孟连、耿马、澜沧、双江、永德、镇康等县是佤族分布的边缘区。佤族与汉、傣、拉祜、彝、傈僳、布朗、哈尼、崩龙、景颇等民族交错居住。

据各种文献记载，佤族先民早在周秦时期便是“百濮”族群的一支，从汉到明清的文献中记载的“望苴子”、“望”、“外喻”、“望蛮”、“古刺”、“哈刺”、“哈瓦”等，指的均是佤族。在漫长的繁衍生息岁月中，佤族人民在创造生存必需的物质财富的同时，也创造了丰富的精神财富，佤族舞蹈也就随着佤族社会的产生而产生，随着佤族社会的发展而发展。

### 佤族民间舞蹈产生与发展的社会土壤

据各种文献记载，佤族先民的分布区域是很广的。东西跨澜沧江和萨尔温江，北达德宏和保山，南及缅甸景栋和泰国清迈一带。汉代文献把云南境内的礼社江、元江称为“濮水”，其流域多居“濮人”，到了唐代，从澜沧江以西的濮人中分化出了称为“望”和“朴子”的支系，称为“望”的一支当即为佤族先民，称“朴子”的一支当是德昂族、布朗族先民。元、明时的文献把佤族称为“嘎喇”、“哈瓦”或“卡佤”，并说他们多“居山岭”，“种苦荞为食”、“有寨落”、“亦耕种”、“不用耕牛、惟妇人用耰锄”、“耕种杂粮外，捕猎为食”、“迁徙无常……”这些记载，反映了明清时期佤族社会已从狩猎采集过渡到以不稳定的农业经济为主的发展阶段，也就是以氏族为基础的公社形式过渡到以地缘为基础的原始农村公社形式。

十九世纪以来，特别是近百年来，佤族社会发生了很大的变化，这些变化直接受各族人民经济文化交流的加强特别是商业经济的发展所影响。各族人民之间相互影响的程度不同，居于各地的佤族，社会发展在原有的不均衡状态上更加不均衡。至一九四九年前，佤族社会经济发展为以下三种类型：一是以西盟为主，包括澜沧、沧源部分佤族的处于原始社会向阶级社会过渡阶段的阿佤山中心区；二是以沧源大部分佤族以及耿马、双江、澜沧一部分和孟连、西双版纳等地佤族组成的具有封建领主经济特征的佤山边缘区；三是已进入地主经济的镇康、凤庆佤族地区。

佤族与傣族、彝族各支系以及汉族的关系历史悠久，且愈来愈密切，由此促进了佤族社会形态的发展。佤族语言属南亚语系孟高棉语族佤崩语支，有四种方言。各地佤族自称不同。孟连、西盟一带自称“阿佤”（阿卧、阿佤尔）、“勒佤卧”、“勒佤”、“拉弗”；镇康一带自称“佤”；沧源、耿马、双江一带自称“布饶克”、“巴饶克”、“巴敖克”、“巴劳克”。布饶克意为住在山上的人，佤与阿佤也有此意，说明佤族很早就是山居民族，并因住在山区而得名。其他民族对佤族的称谓也不尽相同；居于镇康一带的佤族，当地傣族称他们为“拉”，汉族称他们为“本人”（意为当地最早居民或土著居民）；其他地区的佤族，与之交错居住的傣、汉、拉祜等民族称他们为“阿佤”或“作佤”。“作”是傣语，具有奴隶的意思。作佤之称便有贬意，建国以后，根据本民族人民群众意愿，统一改称佤族。

佤族居住区山岭重叠，平坝极少，故称为阿佤山区。佤族的房屋建筑有多种：一种如“干栏”式楼房，竹木结构，上下二层，草顶。楼上住人；楼下养家畜或堆放柴禾。另一种为竹木结构四壁落地房，用木料做柱梁支撑，竹做椽，草顶，四壁用竹笆作墙。佤族住房内有火塘根据不同方位分主火塘与客火塘。有的地方屋内设三个火塘，称主火塘、客火塘与鬼火塘，住房也开三道门，称客厅、火门、鬼门。

佤族以食大米为主，辅之小红米、豆类、玉米等。无论老幼均有吃辣椒、喝酒、抽草烟、饮浓茶之习。喝茶饮酒均有礼俗，一般要自己先喝一口（饮酒还要先祭祖）再敬客，以示茶酒无毒。佤族自己酿制的水酒十分香醇，喜庆节日，结交朋友都以水酒相敬，有“无酒不成礼”之习。佤族最盛行吃“鸡肉烂饭”，用鸡肉、辣椒、野芫荽、茴香等作配料煮成，十分可口。佤族还有猎物分食之习，猎获物无论大小，见者都可分到一份。有“有肉大家吃，有酒大家喝，活路大伙干”的美德。

佤族服饰多以黑、蓝等色搭配。男子一般缠黑布包头，穿无领短衫，裤短且宽，身佩长刀携带弓弩。过去，西盟的“窝郎”（民族头人），长老、民歌手以及“砍头英雄”则用红布缠头，上身穿青布无领短袖衣。胸前两排布纽扣密实整齐。脖带项圈。女子服饰各村寨稍有区别；沧源一带佤族女子多用黑布包头，上身穿深蓝或黑色无领上衣，缀有数枚银泡或银质花，下着黑色裙，裙边间织红、褐等颜色的几何图案。耳坠银制或木制竹制大圆耳环，腕戴镯，小腿束数道篾圈。西盟一带佤族女子大多戴头箍披长发，坠耳环或耳筒，戴项圈或彩色料珠若干串，腕戴镯，腰缚黑漆大藤环，小腿束数道篾圈或布套。上身穿青、蓝布无领衣或短且紧身镶有花边银泡的右开襟衣，下着裙，裙边有各种几何图案，用串串芦谷或料珠系裙。佤族男女喜挂“筒帕”。过去，男女跣足。

佤族婚姻一般实行一夫一妻制，严禁同姓通婚。婚前男女社交自由，主要恋爱方式为“串姑娘”，姑娘给来串的小伙子梳头，互唱情歌。若两方情投意合，便由男方向女方父母求婚。订婚后，男方时常到女方家劳动。男方还要给女方一定聘礼。过去的聘礼有两种：一种叫“奶母钱”，另一种叫“买姑娘钱”。除此之外还有“大礼”和“小礼”。大礼送给女方父母，小礼送给女方舅舅。礼品有茶叶、盐巴、草烟、芦子、槟榔、红糖、糯米、牛肉、粑粑、衣服、酒、鸡、芭蕉等。熟菜熟饭还要各送一碗。结婚仪式较为简单；新郎将新娘接归，请村寨头人和亲友吃一顿酒饭，然后男女老幼拉手围圈跳舞庆贺，往往通宵达旦。婚后，妻子要绝对忠实于丈夫。过去，还盛行转房制，即丈夫死，其妻便转嫁丈夫的哥哥或弟弟，但需双方同意。若女方不同意，也可转嫁他人，但新夫必须偿还原夫

所出的聘礼及一切费用。个别地区也有过“抢婚”之俗。佤族的家庭财产实行长子继承制，长子也是赡养父母的主要责任者。

佤族实行土葬。棺材用粗大圆木挖空做成。随葬之物一般只是死者生前的一般生产生活用具。成年人死要鸣枪敲锣报丧，老艺人亡要击棺木昼夜唱跳丧葬舞蹈数日。人死后杀鸡杀猪送魂，请魔巴（巫师）佛爷念经超度。葬前，全寨忌生产劳动，他们认为，若不忌，谷子不会饱满。一般不垒坟，夫妻不合葬。

佤族有许多禁忌。诸如：“砍木鼓”以后三天，“砍牛尾巴”的当天，寨内失火后六天、家中人亡七天内，作梦不吉等，忌生产劳动，否则不利庄稼生长；拉木鼓当天忌外人入寨，生小孩三天内忌家中来客，否则视为不吉；姜、芭蕉叶、红毛树叶、蜜花树叶、野茶叶等是“作鬼”时才用的东西，平时不能拿进家；房内主火塘的主位外人不能乱坐，否则会被认为是污辱主人妻子；牛尾巴桩、老母猪石、看卦用的鸡骨等不能随便触动，否则不吉；人头桩附近的树不能砍伐、中柱上不能拴牛、木鼓不能随意敲打、盖房子人家泡的酒在敬鬼神前任何人不得先喝、年轻人不能吃黄牛心肝、鸡和蛋不卖给他人、不能用芭蕉叶盛饭吃、孕妇之夫不能吃做鬼时煮的饭等等。犯了禁忌，就认为不吉利。

佤族传统节日有春节、拉木鼓节、新水节、取新火节、撒谷节、新米节等。佛教的三个较大节日堆沙节、关门节、开门节也是信奉小乘佛教的佤族地区的重大节日，分别在佤历六月、九月、十二月。每逢节日，便是佤族群众盛装歌舞的好时节，往往日以继夜，一跳数日不止。

## 佤族民间舞蹈与丰富的民族文化

佤民族独特的生活习俗孕育了别具一格的佤族民间文化艺术，佤族民间舞蹈也随之产生与发展。

佤族历史上没有文字，在他们中有这样一个传说：最初，佤族和汉族都同时得到了文字，汉族的祖先把文字写在纸上，佤族的祖先把文字写在牛皮上，后来那张写字的牛皮被吃掉了，佤族从此就没有了文字。千百年来他们用木刻记事，用实物表情达意、联络感情。如：送芭蕉、甘蔗、红糖、食盐、烟草、茶叶等物表示亲密友好；送辣椒表示气愤决裂；送鸡毛表示事情紧急；送火药、火炭、子弹头表示宣战等等。到了二十世纪三十年代，美籍传教士文永生等曾设计过一种佤语拼音文字，但不完善，仅供一些信仰基督教地区的佤族使用，建国以后才创造了用拉丁字母拼读的佤文。没有文字虽然使佤族先民没有受教育机会，但他们在自己漫长的繁衍生息岁月中，根据自己的社会实践充分发挥了他们伟大的创造力和艺术智慧，创造了丰富的民间文化艺术，它以口传身授的方式代代相传，承袭至今。较为突出的有：

**神话、传说。**佤族人民根据自己的社会实践所创作的口头文学是佤族民间文学艺术的宝贵财富，佤族传说故事中不仅涉及到衣、食、住、行等不同风习特征，而且形成了后世子孙在生活习惯上必须遵循的一些规定。天文地理、动物植物、鬼神故事、祖先传说、村寨历史、部落关系、英雄故事、爱情故事等等十分丰富。较有影响的是创世神话《司岗里》和创世史诗《葫芦的传说》。《司岗里》生动地描述了人类起源和佤族的古代生活。

“司岗”，有的解释为石洞，有的解释为葫芦，“里”是走出来的意思，司岗里即为人从石洞或葫芦里出来之意。西盟一带的佤族认为，这个“出人的石洞”在巴格岱（现属缅甸）的一个山梁上；沧源一带的佤族认为：这个“出人的葫芦”长在莱姆山（现属缅甸）一带。有的佤族也说，人是老熊从石洞里背出来的。各地佤族对司岗里的解释虽不完全相同，但他们都把阿佤山视为人类发祥地。这个传说中说：利吉神和路安神创造了天和地，创造了太阳和月亮、创造了动物和植物，创造了人，他们把人放到石洞里，后来木依吉神让小米雀啄开石洞，人才从石洞里出来，最先出来的是佤族，其次是景颇族、傣族、汉族、拉祜族等。人从石洞里出来后，由格雷诺和格利比来当领导，格雷诺是男子，格利比是女子，俩人结了婚。格利比创造了道理，从此有了兄弟男女之序，女子比男子最先懂得道理，所以男子要听女子的话。后来，女子不愿当领导了，让男子来领导，女子领导了三十代人，男子才领导了二十代人……。这个传说不仅描述了人类的起源和佤族的古代生活，同时也描述了佤族母系氏族及其向父系氏族过渡的情况。在《葫芦的传说》中，又以悲壮的诗句，描述了佤族的祖先用木鼓祭祀的情景：“太阳呵，亲亲的三木洛，你可听见阿佤在呼叫！月亮啊，亲亲的娥并，你可听见阿佤在痛哭！他们祈求五谷，砍掉自己的头颅……用巨树做成木鼓，让木鼓把心里的话倾诉……。”佤族的“木鼓舞”，正是在砍头祭谷的原始习俗中生发出来的，个别地方的佤族砍人头祭谷之俗，一直延续到一九五八年。

**绘画与雕刻。**沧源崖画是迄今云南保存下来最古老的绘画作品，据专家考证有三千多年历史。目前发现的十多处崖画可辨认的图形约一千五百多个。崖画的题材主要反映新石器时代人类的生活情况。除采集、狩猎、驯养牲畜等场面外，更多的是虚拟性的再现游戏、舞蹈和仪式，沧源崖画被称为“云南境内规模最大的原始画廊”。佤族民间雕刻艺术历史悠久，在他们的大房子屋脊上安置有木刻的男人像和展翅欲飞的燕子；室内板壁画有马、鹿、人头和牛头像；在牛角叉和木鼓上刻有条纹、人像和鸟兽象；另外在妇女织的统裙和筒帕上有美观大方的几何图案；还有人身上刺的纹身图案等等，都是“按照美的规律来制造”（马克思语）的。

**音乐。**佤族民间音乐也是十分丰富的，按其功能划分，大致可分为民间歌曲、民间器乐曲、民间舞蹈音乐等类。在佤族民间歌曲中，常见的就是咏唱历史的叙事歌、表现爱情生活的情歌、劳动生产时唱的劳动歌、儿童游戏时唱的儿歌、婚丧礼仪中唱的风俗歌、祭祀活动中唱的祭祀歌等。每逢传统节日，便是歌舞盛会，人们即兴创作、即兴演唱，许多民间舞蹈无乐器伴奏，就是在民歌的统一节拍下跳，少儿歌舞尤为明显，在明月之下，一群儿童嬉戏游玩，拉起手来且唱且舞。佤族民间舞蹈与歌唱是密不可分的，每唱必舞、每舞必歌。佤族民间器乐曲与舞曲也很丰富，佤族能用竹子做成各种乐器，演奏出独具风格的独奏曲、合奏曲、舞曲。每逢喜庆婚丧，歌、乐、舞交织在一起，根据不同场合来表达愉悦、庄严、悲恸等不同感情。

佤族民间舞蹈与其它门类丰富的文化艺术互相影响，共融共存在极大地影响着后世的专业创作，就佤族舞蹈创作方面而言，无不得益于丰富的民间艺术，在专业舞台上颇有影响的《木鼓舞》、《高格龙勐》、《跳新房》、《薅秧歌》、《司岗里》、《加玲赛》、《阿佤人》等等佤族舞蹈，正是吸收了佤族民间舞蹈的营养，借鉴了崖画艺术、传统音乐、民俗故事的艺术趣味，在传统文化的基础上创新、发展起来的。

## 佤族宗教祭祀与歌舞的关系

佤族大部分地区信仰小乘佛教、少数地区信奉基督教。佤族的宗教活动十分频繁，各种宗教活动都要伴随着歌舞活动。

佤族宗教最突出的特点是“万物有灵”的原始信仰。他们从所崇拜的具体事物中抽象出一种“神灵”，便把它加以人格化。他们认为，万物中最大的鬼神是木依吉（也称“龙梅吉”）和“阿依俄”。木依吉是创造万物的大神，他的五个儿子管着地震、打雷、开天、劈地等事，人们拉木鼓、作水鬼、供人头、剽牛等活动就是为了供奉他，打歌也是为了娱乐他。如果惹得木依吉不高兴，他就会叫谷子欠收，用水把寨子淹没。木依吉是佤族男子之祖，凡有男性的人家都要供奉他，结婚、生育、盖房子、收养子都要祭他。佤族认为，鬼神也有大小之分，大鬼管大事，小鬼管小事。但其间没有统属关系，因而发生什么事就要祭什么鬼，否则就难以消灾获福。事无论大小都以鸡卦卜凶吉，祈求鬼神保佑。他们认为世间万物都有鬼，都附有精灵，人死后也要变成鬼，也要和阳世一样生产生活，鬼也有家庭亲友，所以人死后要将衣物和劳动工具给他“带去”（殉葬）。他们认为人死后其灵魂变成“莫昂”，莫昂附在坟旁的某种小昆虫身上，它可能被捉来供在主火塘主位右边，是家人的保护者，家中若发生不幸的事，便杀鸡杀猪送莫昂（丢掉装昆虫的竹筒）以求平安。

建国前，沧源班洪部落的每个佤族村寨都有一片神林，称“龙梅吉”，龙是树林，梅吉是神。树林里有供奉梅吉的屋。他们供奉的神最大的有两个：一是公明山的“鹿埃姆”，一是焦山的“鹿埃松有”，是兄妹俩，祭献鹿埃姆要用雄性牲畜、祭献鹿埃松有要用雌性牲畜，每年祭三五次就可保佑寨子平安，人畜兴旺。他们认为，树林里的鬼也有“大官”，叫“腔秃”。人们去砍树，要放一块石头，称是付给腔秃的代价，否则，砍树者就会遭到不测，人若触犯了腔秃，就有头痛眼瞎的可能。

万物有灵的观念成为各种信仰和崇拜的思想基础。它不仅崇拜天神，还表现为自然崇拜、祖先崇拜、精灵崇拜、希望通过崇拜获得保佑和帮助，而这些崇拜的具体表现，就是繁多的宗教活动。

过去，佤族较为重大的宗教活动有：做水鬼、拉木鼓、盖大房子、砍牛尾巴、砍头祭谷等。这些活动都涉及到病、婚、丧、食、住等生活的各个方面。佤族巫师叫“魔巴”，是各种宗教活动和做鬼的主持人，他们念咒作法，占卜凶吉，被认为是人与鬼的媒介。

每年的宗教活动始于做水鬼，其意义是祈求风调雨顺。做水鬼在每年佤历各瑞月开始时举行，为时六天，在各种祭鬼仪式中进行修水沟、砍水槽、接新水等活动。做完水鬼后开始拉木鼓，拉木鼓活动约十多天，整个过程也贯穿着做鬼，即做树鬼的活动。拉木鼓以后是盖大房子时期，盖房的仪式十一天，期间要剽牛、杀鸡、杀猪、甚至杀老鼠做鬼、祭祖。富裕的人家盖大房子，还要做公猪鬼和做老母猪鬼。

砍牛尾巴活动在每年春节期间举行，整个活动长达十七天。这个过程是：要举行砍牛尾巴活动的人家先剽数头牛（多者可达三四十头），留一条“心好”的，即毛色光滑，头旋花纹漂亮的黄牛作为砍牛尾巴的对象。届时，魔巴与主人牵牛绕房三周，将牛拴在事先

打好的牛尾巴桩上，通过一些祭祀仪式后，魔巴一刀将牛尾巴砍断扔过主人屋脊。随后，四周持刀等待的人便一哄而上，叫喊着挥刀割肉。谁抢割到的肉多，谁就会受到大伙的尊重和爱戴，受到姑娘的亲睐。

在佤族看来，这些宗教祭祀活动犹如汉族过年，要十分热闹，所以每逢此时，全寨男女都要日以继夜的盛装歌舞，一连数日不止。佤族民间舞蹈也在各种祭祀活动中产生，发展，使之越来越丰富。

### 佤族民间舞蹈的主要功能

佤族民间舞蹈主要有两种功能，一是用于祭祀活动，二是自娱自乐。

祭祀活动是佤族生活中最盛大最隆重的活动，围绕这些活动所产生的各种舞蹈，不仅有娱神娱己之功能，还可将自然界中不可解释的事物用舞蹈形式表现给“神”看。

最为盛大的祭祀活动是木鼓祭祀活动，我们且把在木鼓祭祀活动中所进行的舞蹈称为“木鼓舞”，也就是“木鼓祭祀舞”。根据整个木鼓祭祀过程可分为“拉木鼓”、“跳木鼓房”、“剽牛舞”、“敲木鼓”、“砍头刀舞”、“迎头舞和送头舞”等多种节目套路。

拉木鼓实际是拉木鼓树，就是将选好的木鼓树从山中拉回来，选树和拉树都有一系列祭祀活动，这些活动中都伴有歌舞，拉木鼓要且唱且拉，既有祭祀性质，也有自娱性质。“跳木鼓房”是围绕木鼓房产生的一系列舞蹈，木鼓树拉回寨中，人们欢欣异常，各种敬祈、祝祷、欢乐之情便通过跳木鼓房来体现，具有娱神娱己之功能。“敲木鼓”是新木鼓做成以后跳的舞，木鼓敲响了，他们认为万物之神木依吉就会闻声下凡来接受人的供奉。全寨，甚至全部落的人闻声前来祝贺，随之以歌舞表现愉悦和敬祈之情，既可娱乐木依吉，也可自娱自乐。“剽牛舞”是男性舞蹈，佤族除了木鼓祭祀活动中常常要剽牛祭鼓外，每逢节庆或其他宗教活动均要剽牛以祭，剽牛舞由此产生，有敬祈平安之功能。“砍头刀舞”是过去“砍头英雄”跳的舞，佤族过去有砍头祭谷的旧俗。“砍头英雄”在一定祭祀仪式中跳“砍头刀舞”以显示自己的强悍，随着砍头祭谷习俗的消亡，这种舞逐渐演变为自娱性舞蹈。“迎头舞和送头舞”就是人头祭谷活动中接人头或送人头跳的舞，既有祭鼓功能，也有为死者招魂之功能，这种舞随着人头祭谷之习的消亡已不再跳。

除木鼓祭祀活动外，各种各样的“祭鬼”活动也有舞蹈，丧葬仪式也有舞蹈，他们以歌舞来迎神驱鬼。他们认为，人死后要为其“超度”，要让他高高兴兴地去，要以唱代哭，让死者的亡灵高兴。

随着历史的前进，社会的发展，佤族的祭祀活动逐步减少，其祭祀舞蹈也逐步从原始的、愚昧的信仰中解脱出来，赋予了新的内容，使这类舞蹈逐步演变为自娱性质。

佤族民间舞蹈较多的是自娱性舞蹈。佤族社会生产力发展缓慢，几百年乃至上千年以来，他们生活在闭塞、自然、淳朴的环境中，要生活、要劳动、也要娱乐，由此产生了各类自娱性歌舞。

佤族自娱性舞蹈以模拟鸟兽动作的组合最为形象和丰富，它通过各种动物的虚拟动作来诱发真情，以此表示狩猎有获的喜悦。这些舞蹈，在一定程度上可追寻到佤族先民狩猎生活的轨迹。除模拟鸟兽动作的舞蹈外，表现生产劳动和日常生活的舞蹈也极为生动形

象，它朴实地模拟生产生活动作，简单形象地表现生产生活过程，除自身的娱乐功能外，还具有一定传授生产知识的作用。

寓娱乐于祭祀活动之中，寓教育于娱乐之中，这是佤族民间舞蹈的特殊功能。

## 佤族民间舞蹈的传承与发展

佤族民间舞蹈随着佤民族历史文化和独特习俗的沿袭代代相传，并在原始舞蹈的基础上不断发展，在自身发展过程中不断接受外来先进文化，使今天的佤族民间舞蹈既有纵向传承的独立性，又有横向传播的融合性。

纵向传承，是指佤族民间舞蹈的产生与发展和古老的民俗活动一脉相承。民俗事象的沿袭，使之相应的民间舞蹈也通过各种祭俗活动、婚丧礼俗、节庆活动来传承与发展，与各类习俗的发展相伴行。我们今天所看到的佤族民间舞蹈，就往往具有这种世代承袭的原始文化特征，具有相对“唯我仅有”的独立性。

横向传播，是指佤族民间舞蹈在自身发展过程中吸收了其他民族民间舞蹈的丰富营养，使之相互融合。佤族社会历史的发展不是孤立的自我运动，它与各民族乃至整个人类社会的发展产生着必然的联系。同样，佤族民间舞蹈的发展也就与各民族文化历史的发展必然产生联系。民族的迁徙，与其他民族交错居住、姻戚往来、商贾匠人的流动等，都是形成佤族民间文化艺术与其他民族文化相互交流和影响，从而使佤族民间舞蹈形成横向传播的媒介。乃至于我们今天所看到的佤族民间舞蹈，具有一定“合金文化”的特点。

佤族民间舞蹈的纵向传承，使它在内容和形式上有相对独立性，它与佤族的历史习俗有密切的关系，特别是一些祭祀性舞蹈，与古老的禁忌风俗密不可分。如“木鼓舞”，它与整个木鼓祭祀活动是紧密联系在一起的。木鼓被佤族认为是通天的神物，敲木鼓、拉木鼓，甚至于砍木鼓树，都被认为是十分神圣而又严肃的事情，都要伴随着一整套祭祀活动，每一套祭祀活动都伴有歌舞，用歌舞来表现敬祈之情，既可“娱神”，又可“娱己”。又如“叫谷魂舞”，它是一种在收获之前祝祷丰收的祭俗舞蹈。“叫谷魂”就是要把“谷魂”叫回家中，让谷物把粮仓装满，让粮食获得丰收。于是人们就用谷秆做成“毕糯”吹奏，围着舂米的臼窝唱唱跳跳叫回“谷魂”。其他“棺材舞”、“白棒舞”、“竹竿舞”等丧葬舞蹈，它也是与各种祭奠活动联系在一起的，它不仅要娱乐死者灵魂，让它愉快地“升天”，一方面也以此来驱逐“死神”与“凶鬼”，让生者平安吉祥。

由此可见，佤族的各种信仰和崇拜是产生这些祭祀性舞蹈的根源之一，它的思想基础是万物有灵的原始信仰。他们从一种具体事物中抽象出一种“神灵”，把它加以人格化，并且用这种观念去解释人们所不能理解的一切自然现象，然后通过自然崇拜、祖先崇拜、精灵崇拜等等来“消灾获福”，通过各种祭祀活动祈求保佑和帮助。人死以后也要做鬼。他们认为，人死后变成鬼（又叫“莫昂”），要为它“超度”，让莫昂高兴使之庇佑后人。收谷、盖房、剥牛等等都伴有各种“祭鬼”活动。围绕这些活动歌之舞之，以寄托人们期冀于自然力和神的力量来赐福于人的习俗和心理。这些祭俗的沿袭带动了各类祭祀舞蹈的世代传承。随着社会的发展，一些祭俗已不存在，但它的舞蹈形式则长久流传于民间，并被赋予了新的意义。

独特的生产生活方式，使世代相袭的佤族民间自娱舞蹈风格独具。从沧源崖画的舞蹈图形上看，它的围圈、拉手、抬腿、提襟等，与现在佤族民间舞蹈的动律相似，许多模拟劳动生产、鸟兽动作的舞蹈，往往带有佤族先民狩猎穴居，围火取乐的原始痕迹。佤族社会独特的生产生活方式以及古老遗风，使流传至今的佤族民间舞蹈具有浓厚的原始独立性。

佤族民间舞蹈在流传过程的横向传播中，逐步使某种舞蹈在它传承发展的过程中产生功能性质的变异，即文化内涵发生质的变化，并因此使它在内容和形式上产生变异，例如“木鼓舞”，它本来是用于木鼓祭祀活动，是一种在特定环境下跳的舞。随着社会的发展，木鼓祭祀活动已不存在，但这些舞蹈仍长期流传民间，并且改变了它的祭祀性质，变成了现在这种在不同场合都可以跳的自娱性舞蹈，这种变异尤以祭祀舞蹈最为明显。

另一方面佤族民间舞蹈在横向传播中，不断吸收外来文化的营养，从而丰富，发展自己的传统文化，具有一种融合性。例如：沧源佤族打歌，许多套路与镇康德昂族打歌十分相似。沧源、永德等地佤族“跳摆”也是吸收当地傣族民间舞蹈营养的结果。由于各民族文化的相互交流，佤族民间舞蹈也就不断丰富、不断发展。

### 佤族民间舞蹈的风格特征

佤族民间舞蹈的表现形式很多，若以伴奏乐器和主要道具分，可分为“木鼓舞”、“象脚鼓舞”、“铓锣舞”、“蜂桶鼓舞”、“芦笙舞”、“口弦舞”、“三弦舞”、“毕颂舞”、“竹竿舞”、“白棒舞”、“棺材舞”、“扫帚舞”、“刀舞”、“毯子舞”等等，还有一些舞，既没有道具又没有乐器伴奏，是一种唱与舞自然结合的无伴奏歌舞。如果以舞蹈对象来划分，又可以分为“青年舞”、“集体舞”、“女青年舞”、“魔巴舞”、“少儿舞”等等。如果按功能性质划分，可分为“祭祀舞”、“丧葬舞”、“自娱舞”，以及“表演性舞蹈”等等。从表现形式上看，有模拟劳动生产的舞蹈，模拟动物形态的舞蹈以及游戏性的舞蹈等等。

以伴奏乐器或道具来划分舞蹈类型，只是相对的，只能以主要的来定名，许多舞蹈往往是多种乐器伴奏和多种道具出现，譬如：木鼓舞中就有芦笙、铓锣、铜鼓等打击乐器伴奏，芦笙舞中又往往有笛、弦、毕颂等乐器伴奏。

佤族民间舞蹈内容丰富、风格多样。从表现形式上看，有围圈、联袂、对称，且歌且舞、程式化等特点；从动律上看，有屈膝弹动，重拍向下、节奏感和韵律感强、动作幅度大、有较大随意性等特点。

**围圈。**沧源崖画中有这样的图案，画一个圆圈代表地面，舞者以此为中心，双足交叉围圈而舞。由此可见，佤族民间舞蹈在原始阶段就是围绕一个圆的轨迹在运动。可以作这样的设想：先民们狩猎有获，便燃起熊熊大火烤食之，随后围起火堆拉手围圈唱唱跳跳，模拟各种动物的动作逗趣取乐，这也许就是崖画中所描绘的舞蹈圆圈艺术的早期阶段。经过几千年传承，以至今天的佤族民间舞蹈大都是集体圆圈舞，而且多为逆时针方向跳转，周而复始，如是往复。

**联袂。**佤族民间舞蹈的动作变化多在于腿与脚的变化，所要模拟的事物，所要表现的生活内容，都以腿和脚的变化来体现，除伴奏者以外，大多是男女围成内外两个圆，或拉

手、或扣手、联袂歌舞。

**对称。**佤族民间舞蹈的对称性不仅表现在舞者成双成对整个舞蹈场面的均衡对称，还表现在动作结构的对称上。许多舞蹈男女成对，或者是女舞者围在里圈，男舞者围在外圈，相对起舞。在某一个组合中，往往会出现男舞者逆时针方向跳转，女舞者顺时针方向跳转的对称运动。在动作结构上，往往是向前做一次，很可能就向后做一次，向左做一次，又可能向右做一次。例如：起左脚向前做“三步一跺”动作一次，那么，接着就可能是起右脚，退后做“三步一跺”动作一次。当然，这种动作结构的对称性较为常见，但也不是每个舞蹈节目都具有的。

**且歌且舞。**每舞必歌，歌与舞密不可分，这也是佤族民间舞蹈的特点之一。特别是一些自娱性舞蹈，激越、昂扬的歌声与吼声往往与豪放的舞蹈动作结合在一起，使之更加奔放，更加振奋人心。一些没有乐器伴奏的舞蹈，也是用歌声来统一舞蹈动作，歌与舞很自然地联为一体。

**有一定程式。**佤族民间舞蹈有一些比较固定的套路。这些套路来源于生活，往往借鉴自然物的动态和姿势演化而成，在不断发展中形成了独立的规范性动作。如“三步一跺”、“三步一踢”、“双跺单踢”等等。这些固定的动作与各种特殊动作结合，就会形成不同的舞蹈组合，表现不同的内容。如：先跳一个固定动作“三步一跺”或“三步一踢”，再加上一个或几个模拟自然物的动态动作，就可以形成“薅子摆”、“薅秧歌”等模拟性节目。但这种程式化的舞蹈组合可以在某个舞蹈的开头出现，也可以在每个节目的各个阶段出现，可以是前八拍动作中出现，也可以在任何几个节拍动作中出现，可以在一个舞蹈节目中出现一套固定动作，也可以出现许多个固定动作；一套固定动作可以在一个舞蹈节目中出现一次，也可以出现多次。

**屈膝弹动、重拍向下。**双膝屈伸，张驰频繁，有一种弹动感，是佤族民间舞蹈的一种动律特征。各个舞蹈节目的走、跑、跳，都配合着双膝的张驰弹动，因之称为“弹动步”、“弹动拖步”、“弹动进退步”、“弹动步转身”等，上身都是顺势起伏。舞步大多是重拍向下，从轻到重，走则柔中有刚，跑则刚中有柔，跳则粗犷、跺则有力，给人一种欢快激越之感。

**韵律感。**佤族民间舞蹈的每一个节目都在统一的基调上，连贯、流畅、有节奏地进行。舞曲从弱到强，舞步从轻到重、舞者的情绪也随之从欢快到激扬，都是在统一的节奏下连贯进行。即使是没有乐器伴奏的舞蹈，也是在明确、严整的民歌节奏下连贯完成舞蹈动作的。舞蹈音乐的节奏规范着每一个舞蹈动作，使其成为和谐、自然、连贯的“律动”。

**随意性。**佤族民间舞蹈大都在统一的节奏下进行，很讲究舞步的走、跑、跳、跺的整齐统一，“打歌阿要脚步合，脚步不合脚蹩脚”，在人群拥挤的舞场，舞步不整齐是不行的。但是，上身的俯仰，手势的变化，动作幅度的大小又是因人而异的，且根据舞者的兴趣而有很大的随意性。同一种舞蹈在不同舞者身上就会呈现不同的风格，在力度、角度、幅度各方面都是随意发挥的，即使是同一舞者，在不同场合，不同情绪支配下，也会一次与一次跳的不同。

佤族民间舞蹈源远流长，经过千百年以来的传承发展，不仅具有十分丰富的内容，也有多种多样的表现形式。它历史地、经常地、普遍地与佤族人民生活发生着千丝万缕的联

系，折射出佤族民间文化艺术的光辉，从中可以感受和了解佤民族的过去和现在，感受和了解他们的心理、气质和性格。佤族民间舞蹈正随着历史的发展而发展。它古今相袭，一脉相承，是民族民间文化艺术的一笔宝贵财富，在佤族人民群众中“显示出永久的魅力”（马克思语）。

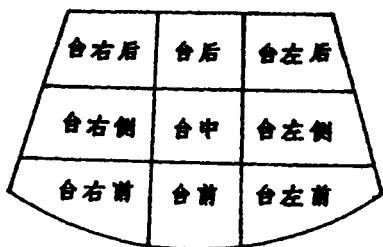
（王世雄）

### 本文参考书目

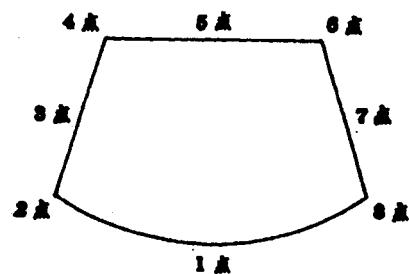
《佤族社会历史调查》、《佤族简史》、《沧源佤族自治县概况》、《西盟佤族民间舞蹈》、《沧源佤族民间舞蹈》

# 本卷统一的名称术语

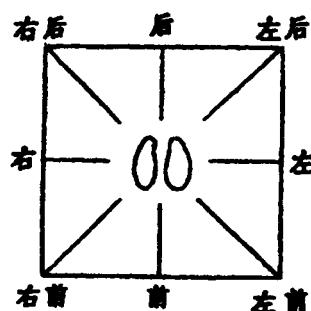
## (一) 基本方位



舞台区域图

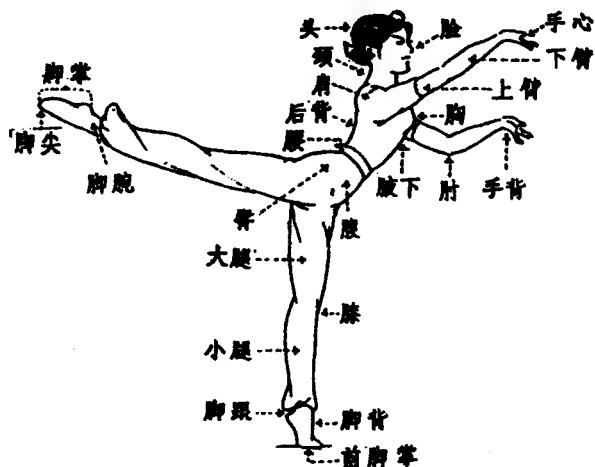


舞台方位图



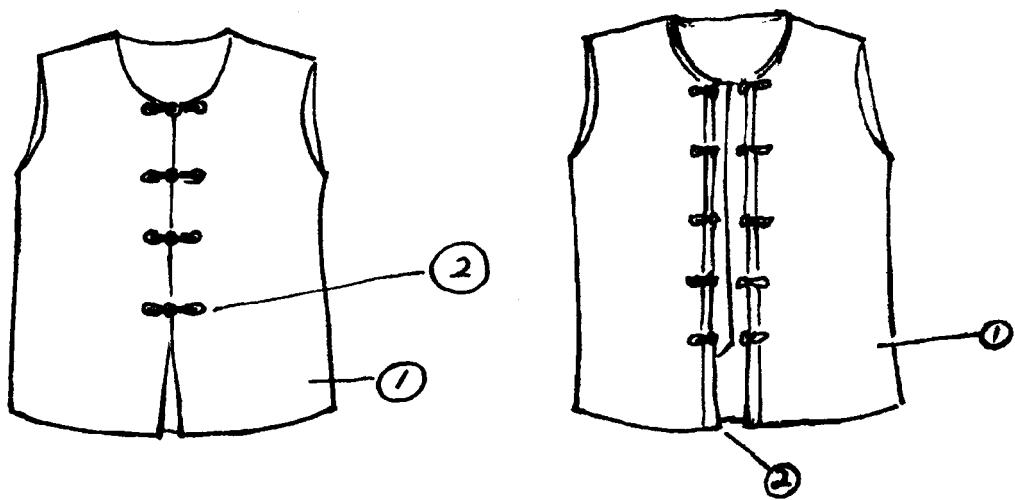
人体自身方位图

## (二) 人体部位名称



### (三) 服饰统一名称

服装



沧源男无袖对襟衣 (白色)

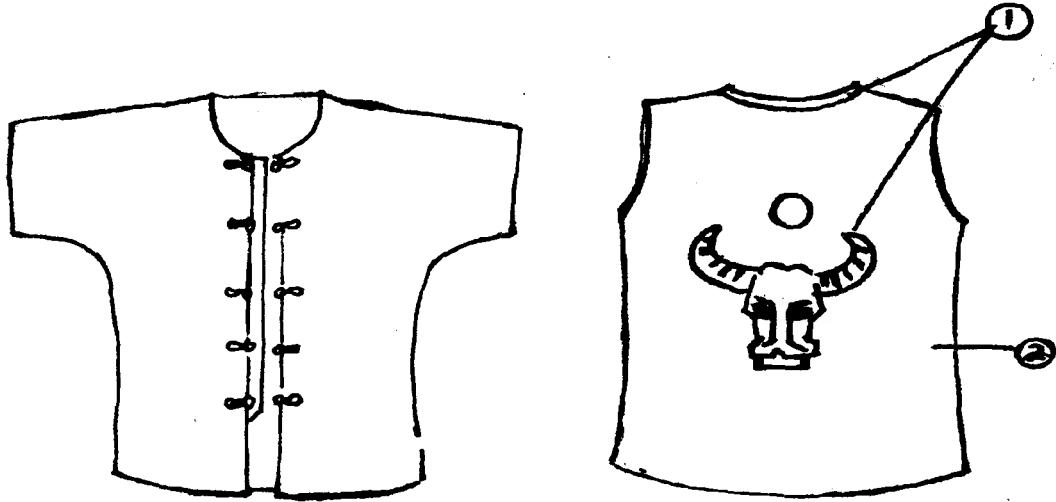
①绛红色或赭石、猪肝色

②布纽扣 (黑色)

西盟男无袖对襟衣

① 绛红色或赭石、猪肝色

②大红、白、黄或黑色搭配绣制

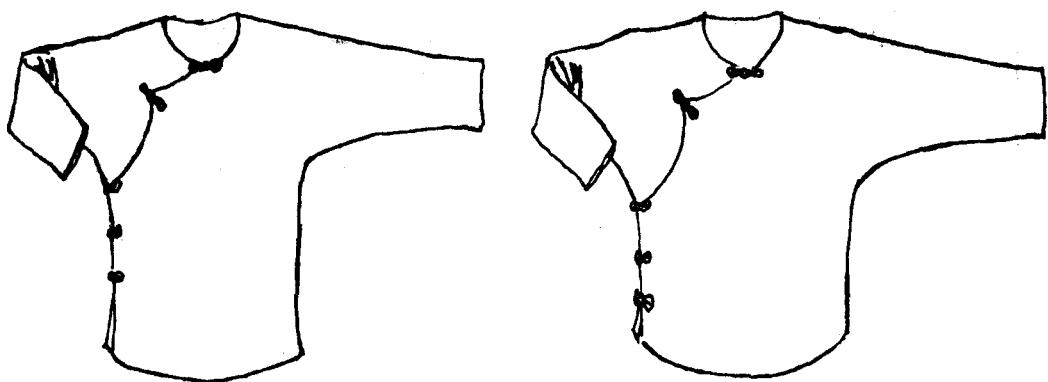


西盟男无袖对襟衣正面

- ①大红、白、黄、黑色搭配绣制
- ②绛红色或赭石、猪肝色

沧源男短袖对襟衣

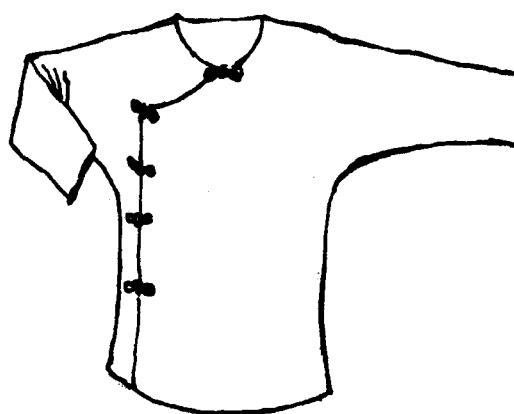
黑色或深蓝色



沧源男大襟衣黑色或蓝色

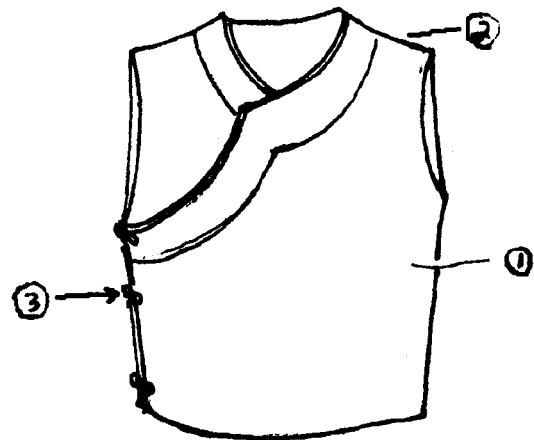
(驮马为黄色)

沧源女大襟衣黑色或蓝色



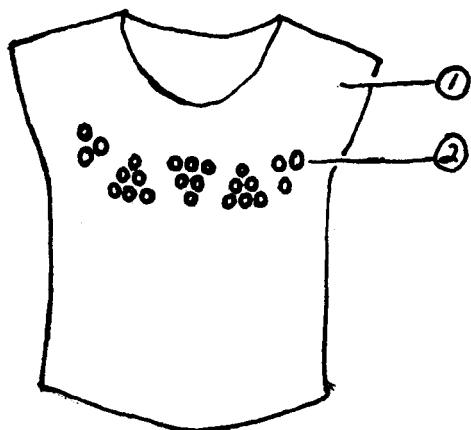
沧源女大襟衣

蓝色



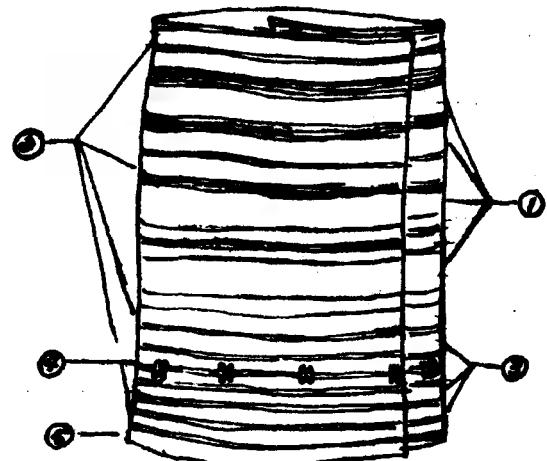
耿马无袖大襟领褂

①黄色②黑色③黑色包纽



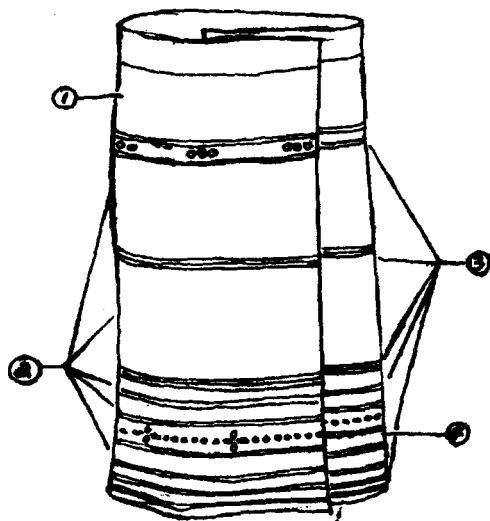
沧源女领褂

①黑色②银泡



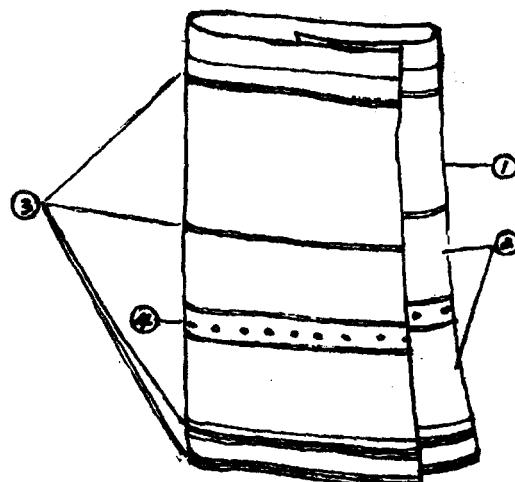
沧源统裙（长及膝）

①褚色②黑色③青定兰④黑底色、白、  
红条横纹⑤其他条纹皆为白底色、黑色、  
褚色横纹



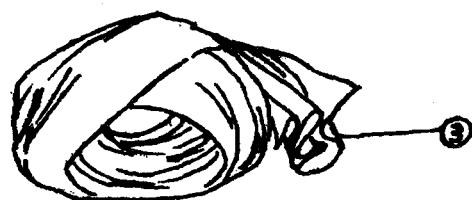
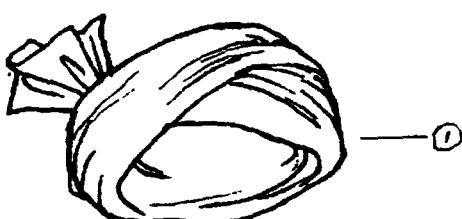
统裙（长及膝下三寸左右）

- ①蓝色 ②赭色
- ③白色底、黑赭色横纹
- ④黑底色、红、白点状花纹



统裙（长及小腿）

- ①蓝色 ②赭色
- ③黑白蓝色横纹 ④黑色底、黑色相间线、白色点状花纹



- ①沧源黑布包头
- ②耿马黄布包头

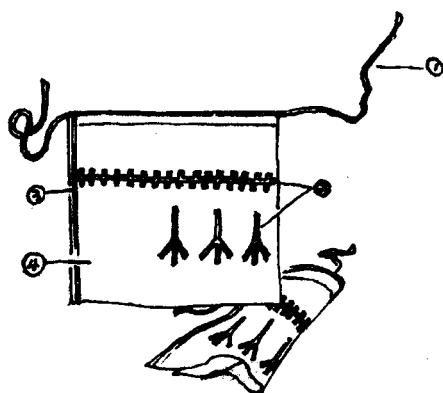
- ①沧源红麻毡包头 ②黑色条纹
- ③西盟红布包头



男腰带：蓝色、黄色或红色

女腰带：红色、黑色或黄色

男裹脚布  
黑色

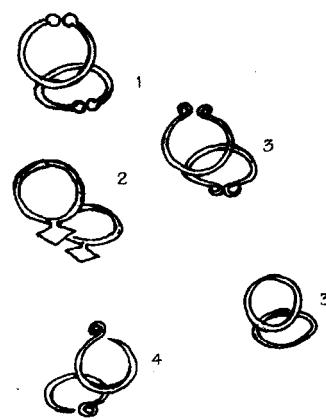


女裹脚布 1：①绿色②③桔红色④黑色

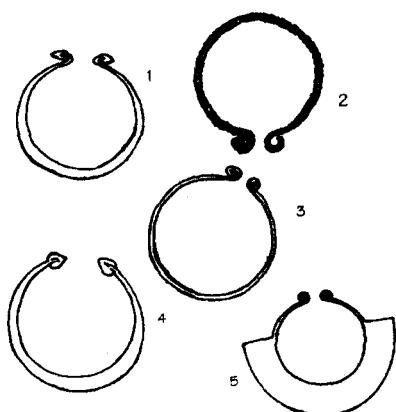
女裹脚布 2：群青色



沧源女头饰以红、绿、黄等彩色毛绒缠发辫，饰毛线绒球，最后用黑绿线等将辫稍束于颈后，并披下。

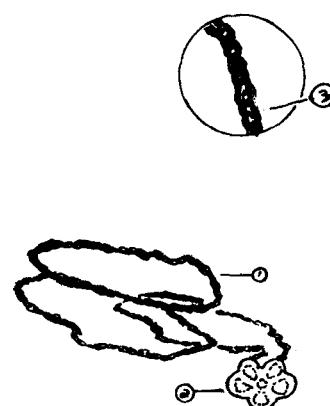


耳环 1、2、3 为女用，4 为男用。  
银、铜、铝制成，直径一般在  
0.03—0.05 米。



项 圈

1、3、4 为女用项圈，银制或铝制，5 为铜制女用项圈，2 为男用项圈，两股银或铝丝扭成。直径约 0.2 至 0.3 米之间。



锁 链

用银或铝丝扭成螺旋形

#### (四) 道具统一名称

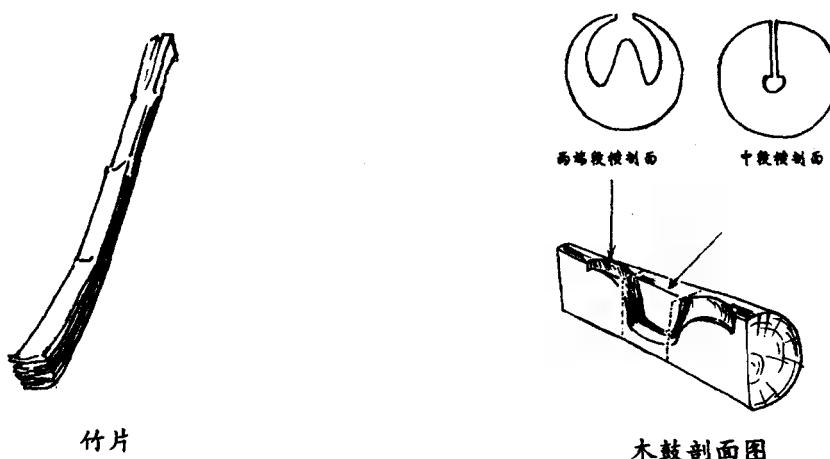
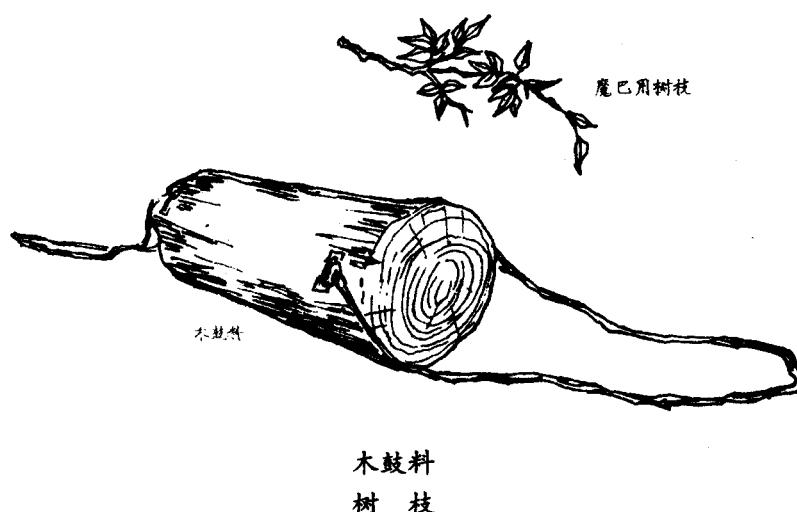
**木鼓料** 长约3米，直径约1.2米，前后凿四个耳，系藤索。

**树 枝** 大小随意，魔巴专用。

**木 鼓** 将木鼓树中间挖空，敲击时可产生共鸣。

**鼓 桩** 长约0.9米，用麻栎树或红毛树做成。

**竹 片** 长约0.8米，一头作为握把，另一头破成刷把状。

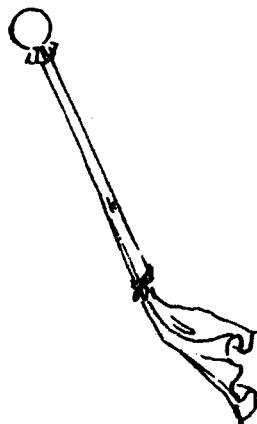


(锣有大、中、小三种。大：直径0.5—0.7米。小：直径0.2—0.3米。)

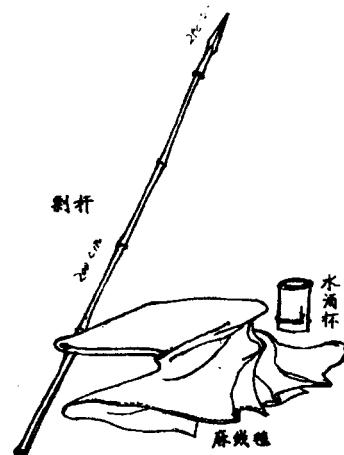
鎗 锤 木柄，锤的部分用布包成。

剥 杆 类似长柔，柄用木制或竹制。

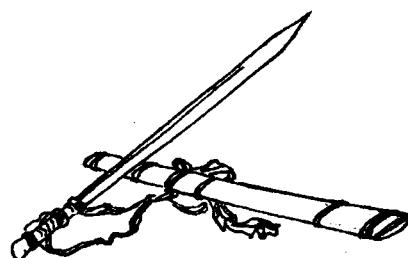
长 刀 长 0.6~0.7 米



鎗



剥杆



长刀

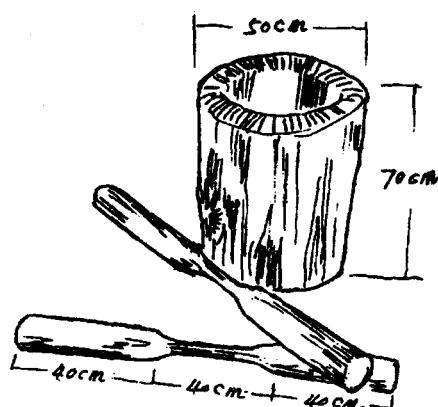
**春 白** 用整段木头凿制成。

**白 棒** 木制。

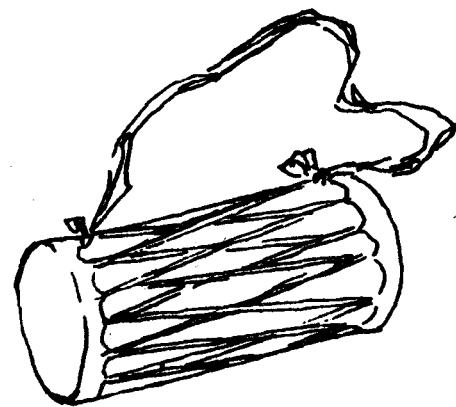
**蜂桶鼓** 鼓身木制，两面蒙牛皮，类似蜂桶状，中间有一音孔，用以滴水进去调音。

**象脚鼓** 大鼓长 1.6 ~ 1.7 米，鼓面直径 0.35 米左右，小鼓长 0.8 ~ 1 米左右，鼓面直径在 0.25 ~ 0.3 米左右。

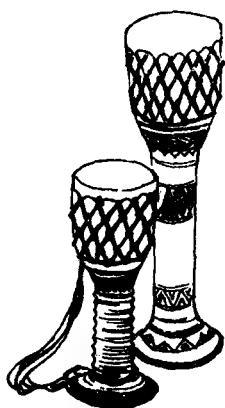
**钹** 大小不等。



春白和白棒



蜂桶鼓

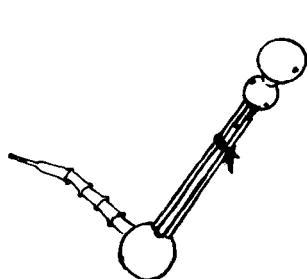


象脚鼓

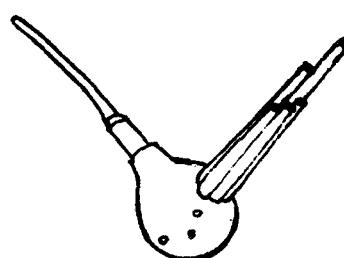


钹

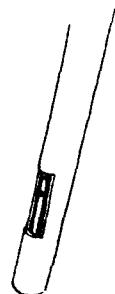
**大芦笙小芦笙** 用长短不等的五根竹制音管插入葫芦中，可吹出各种音符。芦笙有大有小，大芦笙在最长的音管顶端套一个小葫芦，使之共鸣，吹嘴用若干个葫芦嘴接成一定长度，也可用竹管接成。



大芦笙



小芦笙



音 管

**音 管** 将竹管削薄，可雕出一片舌簧，上蜂蜡以调音或增加振动。

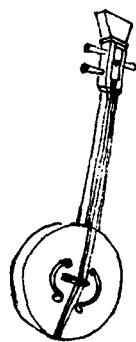
**三 弦** 木制乐器，长0.5米左右。

**独弦琴** 类似胡琴，只一根弦，竹制长约0.7至0.8米。

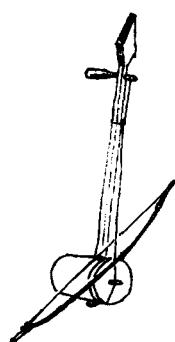
**口 弦** 竹制乐器，长约0.1米。

**笛、德、毕颂、截** 均为竹制乐器，长约0.2至0.4米不等。

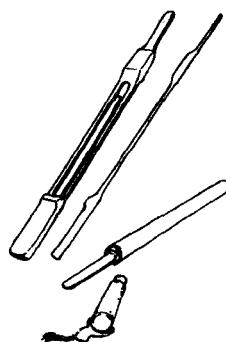
**谷杆箫** 用湿谷杆做成。又叫毕懦。



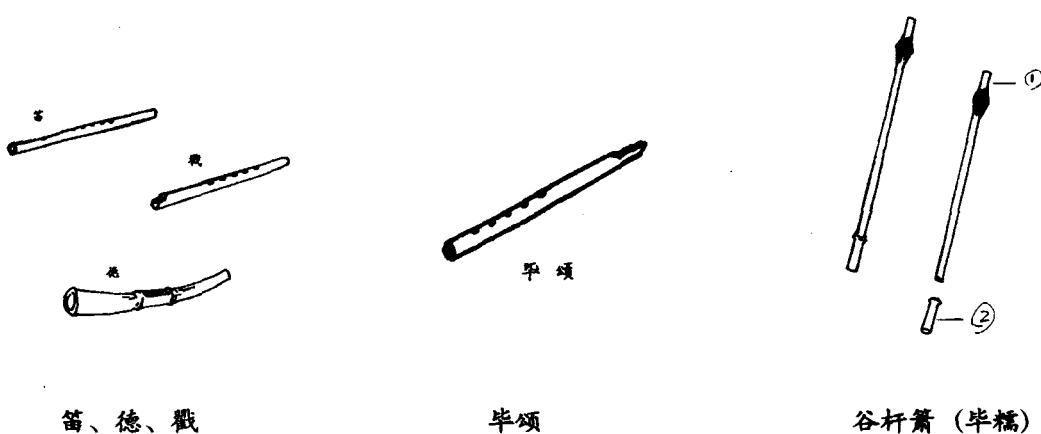
三弦



独弦琴



口弦



### (五) 常用动作

#### 几点说明

本卷单一动作的左与右。均视动作的“动力腿”而定，例如右腿后抬成“探海”，即称为右“探海”。

**对称动作。**是指一个动作的左与右反向而做，例如左手“按掌”，对称动作即右手“按掌”。

**动作相反。**是指一个动作不仅左、右反向，同时要前、后调转，如左手“按掌”，其相反动作却转身向后做右手“按掌”。

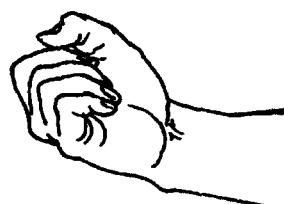
**动作相同、方向相反。**即指同一个动作，再转身向后做一次，如左手“按掌”，动作相同，方向相反即转身向后仍做左手“按掌”。

凡正文中用引号（“ ”）括起的动作名称而未作说明者，均包括在本卷常用动作中。

#### 1、手型、手位与动作



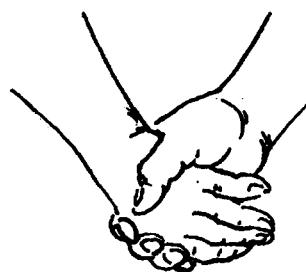
男 拳



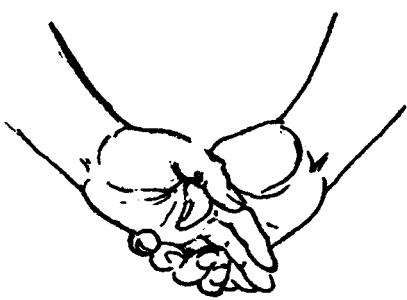
女 拳



男掌



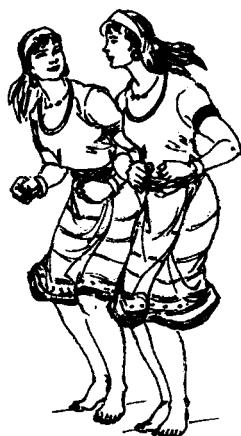
拉手 1



拉手 2



五指相编



扣 肘



山 膀



提襟



双晃手

## 2、步位与步法



正步



小八字步



大八字步



小八字步半蹲



前弓步



旁弓步



虚 步



踏 步



前点步



吸 腿



腿前抬



腿后抬



小腿旁抬



小腿后抬



披 腿



端 腿



擦 腿



擦地前踢



向前划弧



向后划弧

## (六) 道具执法统一术语

### 主要道具执法

**捧 筐** 双手捧葫芦筐，拇指，食指按住上下音孔。

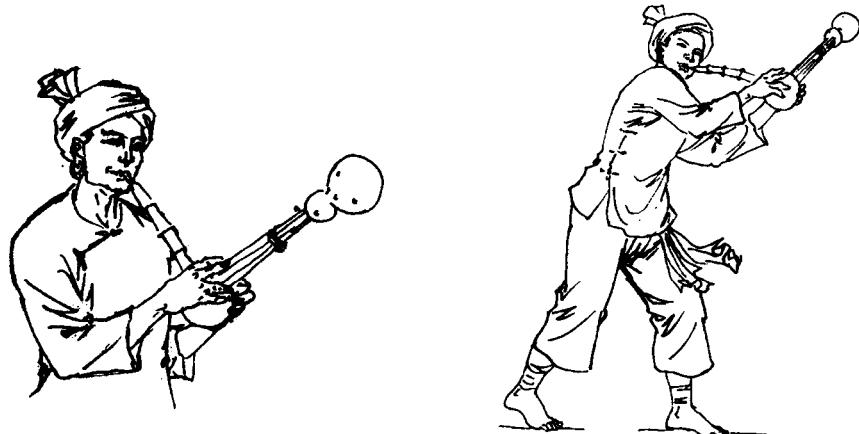
**左 横 筐** 双手“捧筐”身向左倾（对称动作为右横筐）。

**挑 筐** 双手“捧筐”从下往上“挑”。

**左 摆 筐** 双手“捧筐”从右往左摆。（对称动作为右摆筐）。

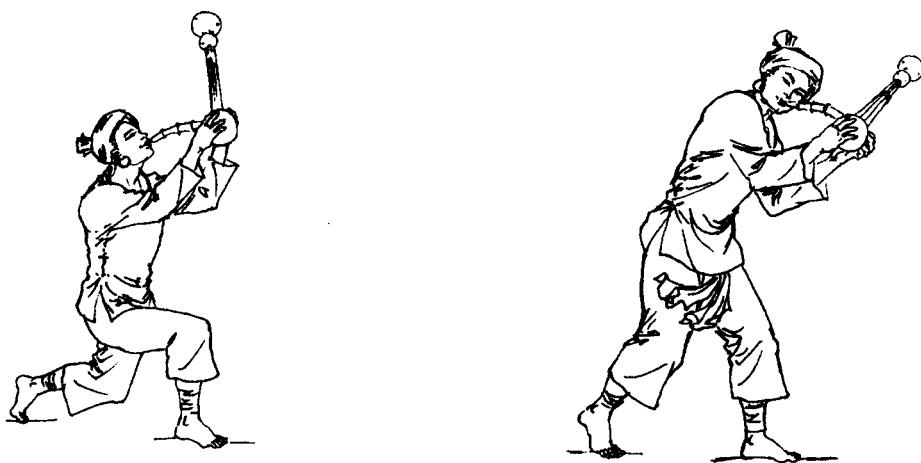
**执木鼓棒** 将木鼓握在手中，虎口所对一端为棒头，另一端敲击木鼓。

**执竹片** 手握竹片一端，虎口所对一端敲击木鼓。



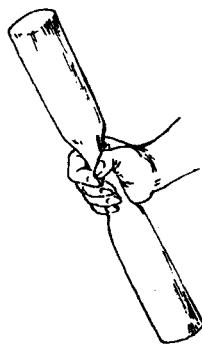
捧 箏

左横箏

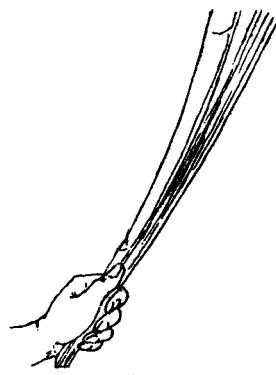


挑 箏

左摆箏



执木鼓棒



执竹片

**基本动作（以先起左脚为例）****弹动步**

一拍一步，重拍向下。起步时主力腿屈膝，动力腿“前吸腿”，高度随意，身微仰，落地时双膝伸直，身微俯。（见图1、图2）

**弹动拖步**

左脚向左前方上一步跺地，右脚尖擦地拖至左脚旁，身随势左右微摆。提示可一拍一步或二拍一步，重拍向下。（见图3、图4）



图 1

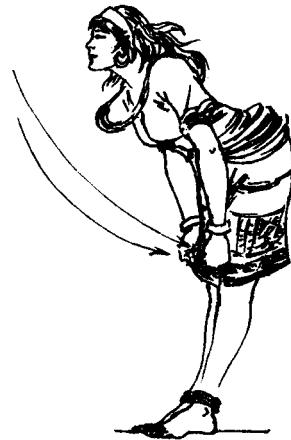


图 2



图 3



图 4

### 刨 步

一拍一步，主力腿屈伸弹动，动力腿原地“刨步”，身顺势前俯和直立。（见图 5、图 6）



图 5



图 6

**并跳步****双脚并拢跳步（见图 7）**

图 7

**擦地屈伸步****第一拍 左脚向前上一步，上身微俯，右小腿后抬。（见图 8）****第二拍 右腿屈膝向前划弧同时向左转四分之一圈落于左脚前，左“吸腿”身微仰。  
(见图 9)**

图 8



图 9



图 10

**第三拍** 左脚向后退一步，同时右脚擦地靠拢左脚旁，双膝直，身前俯。（见图 10）  
**第四拍** 身直起。

### 弹动进退步

**第一拍** 左脚向前上一步，左肩顺势向前摆。（见图 11）

**第二拍** 做第一拍对称动作。

**第三拍** 左脚向前上一步屈膝，同时右腿向后抬，身向左倾。

**第四拍** 右脚向后退一步，身直起。

**第五拍** 左脚向后退一步，左肩顺势向后摆，面向左方。（见图 12）

**第六拍** 右脚向后退一步，右肩顺势向后摆，面向右方。

**第七拍** 左脚向后退一步，右脚前抬。

**第八拍** 右脚擦地收回左脚旁，双膝伸直，身微俯。



图 11



图 12

### 弹动步转身

**第一拍** 左脚向前上一步。

**第二拍** 右脚向前上一步，同时向左转身四分之一圈，左腿向后抬。

**第三拍** 左脚向后退一步，同时右脚前踢身微仰。（见图 13）

**第四拍** 右脚擦地收回右后方，双膝伸直身微俯。（见图 14）



图 13



图 14

**一步一踩**

第一拍 左脚向前上一步。

第二拍 右脚靠拢左脚旁踩地。

可进、退、左、右。

**一步踢**

第一拍 左脚向前上一步。

第二拍 右脚擦地前踢，主力腿屈膝。

提示 可进、退、左、右。

**三步踩**

第一~三拍 起左脚做“弹动步”三步。

第四拍 右脚在左脚旁踩地。

提示 可进、退、左、右。

**三步踢**

第一~三拍 起左脚做“弹动步”三步。

第四拍 右脚向前踢。

提示 可进、退、左、右。

**双踩单踢**

第一拍 双脚向前跳踩一步，同时右脚前踢，左腿屈膝，脚跟离地，身微俯。（见图 15）

第二拍 右腿向外划弧落于左脚后，身直起。

第三~四拍起右脚向后退二步，肩顺势前后摆动。



图 15

**擦腿跳**

第一拍 左脚向前“擦腿”落地，同时右腿后抬，身前俯。（见图 16）

第二拍 左脚向前跳一步，双脚落地半蹲。（见图 17）

**单腿跳**

第一拍 左脚向左方跳一步，同时右腿屈膝向左前方抬起。

第二拍 左脚原地小跳一次或踏一次。



图 16



图 17

**抬腿崩勾**

动力腿前抬，脚掌一拍一次崩勾。

绘 图 刘永根  
基本动作 鲍志明 彭成芳

## 木 鼓 舞

木鼓舞也就是木鼓祭祀舞，是围绕木鼓祭祀活动所产生的佤族民间舞蹈。木鼓，用整段大树挖空而成，用木棒敲打时便发出叮咚之声。木鼓被佤族认为是通神的工具和统一的军事信号，是佤族先民用来驱邪做鬼，召集部落成员，告急友邻，出征决斗所不可缺少的用具。过去每一个佤族村寨都有一个或几个木鼓房，每个木鼓房有一对木鼓，谓之一公一母。

木鼓的起源有人认为：木鼓随父系家长制的产生而产生，是父权制确立的标志，它随着氏族公社的解体和农村公社的产生与发展，才逐步演变为村寨或姓氏标志。西盟的佤族中有这样的传说：很久以前，有一个叫格来都的头人讨了三个婆娘，大老婆叫颇托，二老婆叫玉狗，三老婆叫布吕张。大老婆颇托不会生育，买了一个养子叫岩坎摆。许多年以后，岩坎摆长成了一个英俊彪悍的大小伙子。这一年，格来都出外做生意，颇托在家孤枕难挨，竟勾引养子岩坎摆，与之发生了性关系。颇托由此竟大病一场，久治不愈。格来都外出回来，请魔巴岩采来杀鸡做鬼、卜卦问天。岩采作法后，依照老天的“旨意”告诉格来都，“你得砍一棵树来做鼓，我去砍一个人头来祭，你婆娘的病才会好”。格来都就去砍木头做鼓，连砍几个都敲不响。岩采又按照老天的旨意告诉他：“木鼓要照你婆娘生殖器的样子做才会响，人头要砍你养子岩坎摆的头来祭才会灵”。格来都感到“天命难违”，一一照办。果然，木鼓咚咚地响，颇托的病也逐渐好了。从此，砍木鼓、猎头祭的习俗一直流传下来。在西盟窝郎寨，又传说拉木鼓的习俗是求水时兴起的。人从“司岗”出来以后，繁衍了好多寨人，但干旱无水，魔巴尼呵向人们传达了神的旨意，叫人拉木鼓来祭天，此后才有了水。

木鼓的起源虽不能以此为凭，但它是佤族多神崇拜的产物。佤族以万物有灵的观念去解释一些难以理解的自然现象，认为木依吉就是创造万物的鬼，它创造了动物植物以及人类，并赋予了各种机能。它主宰了万物，也掌握了人的生命，梦见它是吉兆，梦见被它拉走是凶兆，人们要求平安，就得供奉它。拉木鼓、作鬼、供人头、剽牛都是为了供奉木依吉，跳舞也是为了娱乐木依吉，敲木鼓是为了使它听到鼓声下来接受人的供奉。佤族还认为一切东西都有灵，掌握谷子生长的女神叫司欧布，她就住在木鼓房，所以每年撒过谷种、盖木鼓房、都要祭她。

每年的木鼓祭祀活动始于拉木鼓。每年拉木鼓都要由头人主持全寨人来推选主持拉木鼓活动的人家，人们都以争取到主持拉木鼓活动为荣。确定之后，全寨人都会尽力帮助。一切准备就绪，择吉日由头人、魔巴带着一些拿刀、枪、弩等器械的男子黑夜上山砍事先就已选好做木鼓用的花桃树，砍前人们在树上献上贡品、鸣枪驱鬼，由魔巴念咒祈祷后挥

斧砍几下，尔后大伙分批轮流将树砍倒，拣三个石头放到树桩上给树鬼做“买树钱”，再砍下两米多长的一段树身，两端凿两个鼓耳、拴上藤索，便是要拉回寨子的木鼓树了。

次日，便是拉木鼓之日，全寨男女老幼身着盛装，一清早上山拉木鼓。由一个魔巴执树枝指挥领唱，众男性边拉边唱边跳，妇女在一旁助威呐喊，老人和小孩送酒送饭。沿路有人在前面撒米、泼水酒敬祈引路。鼓树沉重，道路坎坷，一个时辰行不过两里路。如果当天不能把木鼓拉回寨子，就要留下一部分身强力壮的男子守着。他们认为，若不认真看守，木鼓树就会被树鬼拉回去。不论离寨多远，一般要求在五天之内拉到，而且拉到寨子时应是属马日或是属牛日。

木鼓拉到寨门外，一般要停放两三天，等候魔巴杀鸡卜卦，选好时辰，剽猪、剽牛祭祀，做鬼念咒。剽牛一般在屋外东边方向进行，将牛用粗藤捆住角又拴好，由剽牛者持剽杆从牛背刺入，直达心脏。牛的四肢及头、颈分给固定的亲戚和魔巴，肉分给在场亲友。剽小黄牛还要取牛肝看卦。

木鼓树拉到寨门外，将头（树细端）转向寨门，意为将木鼓上的恶鬼送出寨外。大魔巴将一个鸡蛋和一只烧过的老鼠放到木鼓后端，然后挥动一只簸箕念咒。一个小魔巴披法衣在寨中接鬼。大魔巴念完咒，将鸡蛋摔在木鼓树后端，祭鬼仪式终。尔后众人一齐将木鼓拉进寨内，放到木鼓房旁边的场地上准备凿制。这一天拉木鼓，男女老幼均可参加，特别是男女青年，相互邀约挤在一起逗趣作乐。拉一段路唱一阵子，声势浩大、威武壮观。木鼓拉到木鼓房的场地上后，人们集中到主办拉木鼓的人家里喝水酒、吃饭，在主办人家旁空地上或者在木鼓房旁跳舞作乐，也就是“跳木鼓房”。

跳木鼓房后第二日开始凿木鼓，在凿木鼓的第一天和最后一天，由大魔巴在放木鼓处作鬼看卦。木鼓凿成，便抬入木鼓房上架。木鼓房占地十多平方米，高约2.5米，四周无壁，用几根木柱支撑着竹制房顶，房侧还挂着几个供人头的竹箩。工匠敲响木鼓，全寨乃至全部落的人闻声而至，男女老幼围成大圆圈，合着鼓点唱跳庆贺。

木鼓凿好放到木鼓房七天以后，头人便组织人去猎人头来祭。出发之日须是属牛日或属虎日。既可砍活人的头，也可砍埋到土里的死人头。孕妇和十岁以下小孩的头不能砍。每当外出猎头有获，临近寨子时鸣枪报喜。寨中人闻声敲响木鼓、象脚鼓和锣，盛装出寨迎接，首先由最有威望的一个魔巴双手捧着盛满水酒的竹筒念咒、祈求砍来的人头保佑谷物丰收、村寨平安，跳起“迎头舞”，猎头者跳“砍头刀舞”。

迎头时，由魔巴端一张圆篾桌，桌上放一件叠好的大红长衫和一个大红包头，中间放一碗米，米上放一个鸡蛋。米和鸡蛋给头人吃，衣服给猎头者穿。魔巴给猎头者佩上长刀，穿好红衣服，众人敬以水酒、糯米饭团，继而魔巴口中念念有词，诸如：“芒阳姑娘，我们请你来当家，若不是你来，我们的瓜架就会倒，我们的木鼓房就要霉烂”之类。尔后，由四个会唱会跳的老年妇女给死人头梳发洗脸，边哭边唱，还围着人头敲锣跳舞。

人头供到木鼓房要跳“供头舞”。即使在平常，但凡猎到人头或虎、豹、熊等大动物，也要用其头祭木鼓，既是供品，又是崇拜物。人头或兽头供到木鼓房一段时间后，就要送到寨外鬼树林的人头桩上，全寨人又聚到木鼓房唱跳三天，即“送头舞”。第三天后送出人头，将人头送到人头桩上放好，一路上要求队伍整齐、忌摔倒、忌别人踏着自己的脚后跟。

第二年收割完毕，全寨人再根据寨中不吉利事情多少来决定是否砍木鼓，决定主持拉

木鼓的人家。不吉利的事情多了，说明上年猎的人头不灵了，不能保佑寨子平安了，于是重新开始拉木鼓、祭木鼓。

木鼓舞全部节目的动作都比较简单、基本动律在于腿的屈伸，身的俯仰幅度大、步法随着曲调的变化而变化。根据沧源，西盟收集到的木鼓祭祀舞蹈，大致可分“拉木鼓”、“跳木鼓房”、“敲木鼓”、“砍头刀舞”、“供头舞和送头舞”、“剽牛舞”等。

这些舞蹈，随着木鼓的产生而产生，随着时代的进步不断发展变化，它是佤族人民自然崇拜和神灵崇拜的一种体现，是万物有灵的宗教观念的折射。随着历史的前进，文化的发展，这些舞蹈已逐步从原始宗教的桎梏中解脱出来，被赋予了新的内容，成为一种反映佤民族灿烂历史文化、反映强悍的民族精神、反映佤族人民向往光明、向往幸福的执着追求的一种民间文化艺术。随着砍头祭祀原始习俗的消亡，这些舞蹈已逐步由具有浓厚宗教祭祀色彩的舞蹈变为具有丰富内涵的自娱性舞蹈。近年来，经过文艺工作者的加工整理，将这些舞蹈逐步展现在舞台上。在第三届艺术节中，临沧和思茅两个地区不同形式的木鼓舞，引起很大反响，专家们评论说：木鼓舞的出现是“最壮丽的舞姿、最动魄的轰响、最神圣的时刻、最辉煌的太阳”。随着时代的进步，佤族的木鼓祭祀舞还将会充满新的内容。

(王世雄)

注：部分内容参照高立旗《西盟佤族民间舞蹈》和杨赛亮《沧源佤族民间舞蹈》

## 一、拉 木 鼓

### (一) 概 述

拉木鼓就是拉木鼓树，佤语称“克鲁克罗”。从山中将木鼓树拉回寨中，沿途合着歌声号子声一齐用力，这时的拉木鼓具有劳动性质；木鼓树拉到平地上，来回拉动唱跳作乐，这时的拉木鼓具有娱乐性质；木鼓树拉到木鼓房旁，或从寨门外拉进寨内，通过一系列祭祀活动再拉木鼓，这就具有一定的祭祀性质。

拉木鼓人数不限。当魔巴领唱时，众人拉着藤条合着拍子拉动，其动作稳重有力、古朴粗犷。各佤族村寨的拉木鼓方法大同小异，拉木鼓调各有特点。行进途中劳动性质的拉木鼓动作较为简单，而用于自娱和祭祀时的拉木鼓就反复地前推后拉、相互逗趣作乐，拉一阵唱跳娱乐一阵。歌声、吼声、跺脚声连成一片，声势浩大，威武壮观，往往是一拨人换下来又一拨人接上去，男男女女都加入拉木鼓的行列，充分表现了佤族人民剽悍的民族气质和团结奋进的无比力量。

## (二) 音乐

## 说 明

《拉木鼓》音乐各地稍有不同，但演唱方法基本一致，无乐器伴奏，边唱边舞。魔巴手执带树叶的树枝指挥领唱，众人合唱应答。粗犷豪放的歌声、劳动的号子回荡在群山峻岭之中，声势浩大，威武壮观。

## 曲 谱

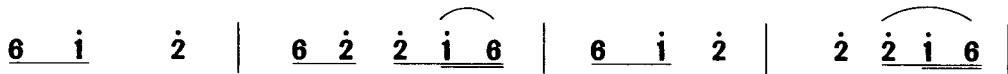
## 拉木鼓一（沧源）

1=G 2/4 ♦ = 70

译词	李赛寨
记谱	鲍志明
配歌	鲍志明



(男领)爬 起 走 吧 好 木 鼓 (众合)乐 乐



乐 海 呀, (男领) 我们 请 你 来 当 家。(男合)乐 乐



乐 海 呀。

## 译 词

- 2、回来吧，红毛树好春白，回来吧，花桃树好木鼓。
- 3、你是林中王，你是寨中主，快快回到你的家（木鼓房）。

## 拉木鼓二（西盟）

1=C 2/4 ♦ = 60

气势磅礴地

译词 记谱 李云昌  
配歌 高立旗

0 0 i 5 | i 2 2 | 2 . i i 5 2 i |

(领) 爬 起 来 哟! (合) 嗨 (嗨) 红毛 |

2 i i 5 | i . 5 2 i | i 2 2 2 |

树的 老 大, (合) 嗨 嗨(领) 我们 杀鸡 卜卦! |

2 . i 5 i | 2 2 i 5 | i . 5 5 ||

(合) 嗨 嗨!(领) 才 选 中 了 你。 嗨 嗨! |

## 拉木鼓上坡（西盟）

1=C 2/4 ♦ = 60

译词 记谱 李云昌  
配歌 高立旗

2 i 3 | 2 . 6 6 | 6 6 6 |

(领) 爬 起 来 哟 (合) 嗨 啦 嗨!(领) |

2 3 3 3 3 2 i 6 | 2 2 6 6 | 6 6 6 |

红毛 树的 老 大 (哈) 嗨 啦 嗨!(领) |

2 2    i 3 | 2 i 6    6 | 6 6    6 |  
 我们杀鸡卜卦 (合) 嗨啦 嗨!(领)

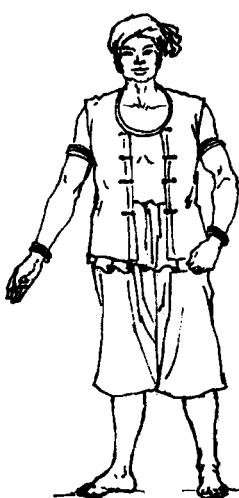
2 3 3 3 | 2 2 i 6 | 2 i 6    6 | 6 6    6 : ||  
 才选中了你呀。(哈) 嗨啦 嗨!

### 译词

2、你是林中王，你是寨中主，快快回到你的家（木鼓房）。

### (三) 造型服饰道具

#### 造型



男青年



女青年



魔巴

**服饰** 除附图外，均见“佤族舞蹈统一图”

1、男青年①黑包头，左耳戴耳环，上穿白色无领褂，双手戴镯。短宽黑色裤，系蓝腰带（均见“本卷统一的名称术语”图，以下简称）。②红包头，戴项圈，穿绛红色或猪肝色无领褂，背有大红牛头图案，短宽黑色裤（见“统一图”）

2、魔巴（同男青年）。

3、女青年戴头箍，披长发，上穿黑色红滚边短袖衣，坠圆耳环。颈戴红珠项圈数串。臂戴手镯，腰缚篾圈或芦谷米腰链。下着裙，有红、白、黑等几何图案相间（有的裙长过小腿），脚戴篾圈（见“统一图”）。

拉木鼓的服饰可不作统一图案，着各地佤族的生活装即可。

#### 道具

木鼓树（见“统一图”）

树枝（见“统一图”）

#### (四) 动作说明

##### 道具执法



魔巴执树枝



拉 绳

##### 基本动作

###### 1、背绳拉鼓

第一~三拍 起左脚往前走三步，走步时上身前倾成前“弓步”。藤绳扛在右肩上，双手在胸前拉绳。

第四拍 手不变，重心移至右腿，上身稍后仰，右脚伸直，右腿屈膝。

###### 2、屈膝步拉鼓

第一~四拍 向右转半圈的同时起右脚向前走四步，走时双腿稍屈伸，右手在右前拉绳，左手在左胯旁拉绳。

###### 3、旁弓步拉鼓

第一拍 左脚向左退一步，成左“旁弓步”，双手向左后方拉绳，目视木鼓树。

第二拍 重心移动成右“旁弓步”，双手往前送。

第三拍 重心移动成左“旁弓步”，双手向左后方拉绳。

第四拍 同第二拍动作。

## (五) 场记说明

## 角 色

男青年 □

女青年 ●

魔 巴 ▲

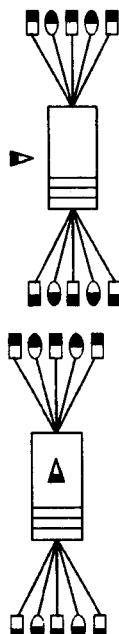
白面表示面，黑面表示背（以下同）

## 道 具

木鼓树

头 □□□ | 尾

拉木鼓人数不限，男女均可参加，以11人为例，分为甲、乙两组，树头舞者为甲组，树尾舞者为乙组。魔巴执树枝站立于一侧或木鼓树上领唱、指挥。众舞者做“拉木鼓”动作，且歌且舞，气氛热烈，一拨人拉罢可再换一拨人拉，也可随时替换，有一定随意性。



[拉木鼓曲一] 无限反复。

[1] ~ [2] 甲组做“背绳拉鼓”动作；乙组做“屈膝步拉鼓”动作，第一拍不转身。  
 [3] ~ [4] 起左脚，同时往前做“弹动步”动作。

[5] ~ [6] 甲组做“屈膝步拉鼓”动作；乙组做“背绳拉鼓”动作，第一拍转身。  
 [7] ~ [8] 甲组做“旁弓步拉鼓”动作；乙组做甲组的相反动作，第一拍转身。两组对拉。

传 授 李赛寨（佤族）

陈块可（佤族）

陈板块（佤族）

编 写 王世雄 鲍志明（佤族）高立旗

## 二、跳木鼓房

### (一) 概述

“跳木鼓房” 佤语称“格老尼克罗”。当人们把木鼓树拉到木鼓房旁的场地后，就开始跳木鼓房，可以在主办拉木鼓活动的人家跳，也可以在木鼓房旁边跳。人数不限，即兴参加，男女老幼拉手围圈，边唱边跳，有领有合，气氛十分热烈。

西盟小马散地区的跳木鼓房有一种跳法，无乐器伴奏，唱跳结合。领唱时，众舞者双膝微屈，身前俯成“三道弯”，右脚合着节拍跳。合唱时，大家挺胸抬头，逆时针方向走步移动，双手随之举起放下，如是反复。

沧源的跳木鼓房有“跳一下〈高低代〉”、“跳三下〈高累代〉”、“送膝舞〈高多俄〉”、“铓锣舞〈高格龙勐〉”四种跳法。伴奏乐器有芦笙、木鼓、铜鼓、铓锣等。吹芦笙者就是领舞者，敲木鼓、铜鼓、铓锣者不参与舞。其余男女舞者围成内外两个圆圈或一个大圆圈，其舞步以“一步踩”、“一步踢”、“三步踩”、“三步踢”为主。四种跳法由简单到复杂，腿的屈伸和身的俯仰频繁而自然，每一步都有双膝弹动之感，走则轻柔，踩则有力；擦地起落，顺势踮脚，走跳结合，十分和谐自然，再配以各种打击乐的音响效果。西盟跳木鼓房则更显得柔中有刚、刚柔结合，既潇洒自如，又节奏分明。上身的起伏则随势变化，使整体舞姿优娴中透出豪放，刚劲中越显和谐，给人一种热烈、美好、愉悦之感，其中的“铓锣舞〈高格龙勐〉”被沧源文工队加工后搬上文艺舞台，一九八〇年在北京参加全国少数民族文艺调演中获奖。

### (二) 音乐

#### 说 明

《跳木鼓房》伴奏音乐由佤族民间乐器葫芦笙，打击乐和演唱曲三个部份组成。几种佤族民间乐器根据舞蹈节目分别穿插使用。一般有以下几种伴奏形式。《跳一下》均为芦笙伴奏，边吹边舞。《跳三下》由芦笙和打击乐组成。笙由一名男舞者吹奏，边吹边舞。打击乐曲木鼓、铜鼓、铓锣组成。木鼓一般由四人右手执鼓棒，左手执竹片，左、右手轮换敲击。铜鼓一人敲击，两个铜鼓横放地面。敲击者坐于中间，右手执鼓棒敲击两个铜鼓。敲铓者二人，一人执大铓，另一人左手执小铓，右手执铓锤。敲击大小铓。芦笙曲和打击乐同时齐奏为舞伴奏。打击乐声中加入即兴性的呼喊声，强化舞蹈节奏，烘托舞蹈气氛。

《送膝舞》由芦笙和演唱曲两个部份组成。演唱曲无乐器伴奏，边唱边舞。首先由一名男舞者领唱，众人合唱应答。芦笙曲与演唱曲形成两声部，优美流畅。《铓锣舞》只用小铓伴奏，由四人各执一个小铓表演。边击边舞。小铓由定音铓组成二组。甲组铓音高为5·5。乙组铓音高为3·1。按打击乐谱所示击铓。跳铓锣舞者必须乐感盛强，才能边击边舞。

## ( 1 ) 跳一下

1= C 2/4 ♦ = 80

传 李赛寨  
授 鲍志明  
记 谱

## (2) 跳三下

1=G 2/4 ♩ = 72

传授 李赛寨  
记谱 鲍志明

充满活动地

芦 箜 : 1 1 3 1 | 3 1 1 | 3 6 5 3 3 | 3 1 1 |

锣鼓字谱 : 咚咚 扑咚 | 咚 查查 | 扑 咚 零 提 | 咚 查查 |

木 鼓 : × × × × | × × 0 | × × · × × | × × 0 |

铜 鼓 : × 0 × × | 0 × × | × 0 × × | 0 × × |

中 锣 × 0 | 0 0 | × 0 | 0 0 |

大 锣 0 × | × - | 0 × | × - |

3 6 5 3 3 | 3 1 1 | 3 6 5 3 3 | 3 1 6 5 |

扑 咚 扑 查 | 咚 查查 | 扑 咚 零 提 | 咚 查查 |

× × × × | × × 0 | × × × × | × × 0 |

× 0 × × | 0 × × | × 0 × × | × × 0 |

× 0 | × 0 | × 0 | × 0 |

0 × | 0 × | 0 × | 0 × |



5 3 3 6 5 | 3 1 1 | 3 6 5 3 3 | 3 1 0 :||

咚 咚 扑 咚 | 咚 查 查 | 扑 咚 零 提 | 咚 查 查 ||

x x x x | x x 0 | x x x x | x x 0 :||

x x x | 0 x x | x 0 x x | 0 x x :||

x 0 | 0 0 | x 0 | 0 0 :||

0 x | x - | 0 x | x - :||

## (3) 送膝舞

1=G 2/4 ♩ = 60

粗犷活泼

译词 陈嘎宝  
记谱 鲍志明

芦笙 : 3 6 5 3 3 | 3 1 1 | 3 6 5 3 6 5 |

唱段 0 0 | 0 0 | 2 2 2 i 6 |

汉字记音 (男领) 考 英 回 得  
译 词 (男领) 好 木 鼓 你

3 1 1 | 3 6 5 3 1 | 3 1 1 |

6 i 2 | 2 2 i 6 | 6 i 6 |

摆 衣 饱, (众合) 乐 乐 乐 嘿 呀, (男领)  
回 到 家, (众合) 乐 乐 乐 嘿 呀, (男领)

3 6 5 3 6 5 | 3 1 1 | 3 1 3 6 5 |  
6 2 2 2 5 | 6 i 2 | 2 2 i 6 |  
饿歪衣多 比古嘎。（众合）乐 乐  
我们的小豆 结满叉。（众合）乐 乐

3 1 0 :||  
6 i 6 :||  
乐 嗨 呀，  
乐 嗨 呀，

## 译词

2、好木鼓回到你的家（木鼓房）

谷子低头粒粒饱，丰收粮食堆满仓，  
我们的歌唱不完，我们的舞蹈跳不尽。

## (4) 锣锣舞

2/4 ♩ = 54

传授：陈叶惹  
记谱：鲍志明

锣鼓字谱 | : 崩 冰 崩 冰 | 崩 崩 | 崩 冰 崩 冰 | 崩 崩 崩 |

甲 | : × 0 × 0 | × × | × 0 × 0 | × × × |

乙 | : 0 × 0 × | × × | 0 × 0 × | × × × |

          崩 冰 崩 冰 | 崩 崩 | 崩 冰 崩 冰 | 崩 崩 崩 |

甲 | : × 0 × 0 | × × | × 0 × 0 | × × × : |

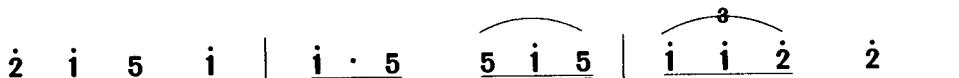
乙 | : 0 × 0 × | × × | 0 × 0 × | × × × : |

## (5) 西盟跳木鼓房

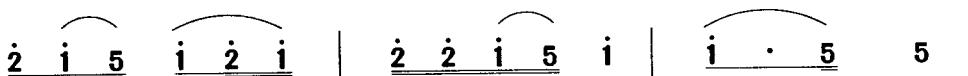
1=C 2/4 ♦ = 60

记谱 李云昌  
配歌 高立旗

汉字记音(领) 哟 克 达 咚 单(合)嗨 嗨!(领)嗨 译  
 译词(领) 今 天 你 家(合)嗨 嗨!(领)主 持



克 达 咚 卓。(哈)嗨 嗨(领)嗨 克 达 沾 抓  
 拉 了 木 鼓。(合)嗨 嗨(领)木鼓 会 显 神 灵。



(合) 嗨 嗨(领)嗨 克 达 沾 抓。(合)嗨 嗨!  
 (合) 嗨 嗨(领)给 你 带 来 幸 福。(合)嗨 嗨!

### (三) 造型服饰道具

#### 造 型



女青年



排笙领舞者

#### 服 饰 (同拉木鼓)

### (四) 动作说明

#### 道具的执法



女青年



排笙领舞者



敲小锣



敲双锣

**基本动作：****1、跳步踢**

第一~三拍 双膝屈，身前俯，双手自然下垂，一拍一步，先起左脚向前小跑三步，第三步落地时右脚前踢，身向左倾。

第四拍 右脚擦地收回左脚旁，双膝伸直，身直立。

**2、弹动退步**

第一~四拍 起左脚，向后退四步，肩随退步向后摆，双手自然下垂。

**3、退三步踩**

第一~三拍 起右脚，向后退三步，肩随后退步向后摆。

第四拍 左脚在右脚旁跺地一次，身微俯。

**4、踢腿划弧**

第一~三拍 双膝屈，身微俯，一拍一步双脚向前跳三步。第三步落地时右脚前踢，身向左倾，双手下垂。

第四拍 右脚从前至后划弧落地，身向右微倾。

**5、右吸腿跺地**

第一拍 右“吸腿”，左膝屈，身微仰。

第二拍 右脚在左脚旁跺地，双膝伸直，身前俯对称动作为左吸腿跺地。

**6、敲锣跨步**

第一~二拍 左脚向左前一步。

第三~四拍 右脚上于左脚旁跺地一下，身微俯。

**7、敲锣连跨步**

第一~二拍 右脚向前上一步，身微俯。

第三拍 左脚上于右脚旁跺地三次。

**8、屈膝跺步**



第一~二拍 双膝屈，身微俯，右脚原地踩地二次，上身随腿的屈伸起伏二次，双手前后微摆。（见图 18）

图 18

### 9、举拳靠步



第一拍 右脚向右前上一步，膝微屈，双手握拳向前甩至耳旁，拳心相对，上身稍仰，挺胸抬头，目视前方。（见图 19）

图 19

第二拍 左脚靠于右脚旁点地，右腿直，双手后甩，身微俯。

### (五) 跳法说明

#### 角色

男青年 □

女青年 ○

#### 道具

木鼓



铜鼓



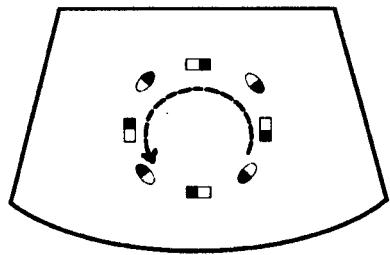
铓锣



木鼓房

### 1、跳一下（高低代）

以八人为例



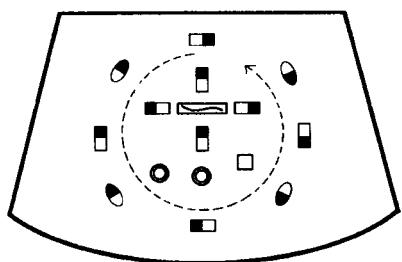
[1] 起左脚做“一步踩”动作一次。

[2] 起右脚做“一步踢”动作一次。

[3] ~ [20] 重复“一步踩”、“一步踢”动作，舞完曲止。

### 2、跳三下（高累代）

领舞者“捧笙”。中间木鼓，四人敲击。铓锣有大铓小铓，按“敲小铓”和“敲双铓”姿势站立；另有铜鼓伴奏，按“横敲铜鼓”姿势伴奏。



#### 【跳三下】

[1] ~ [2] 起左脚，向前做“三步踩”一次。

[3] ~ [4] 起右脚，向前做“三步踢”一次。

[5] ~ [6] 做“跳三步踢”动作一次。

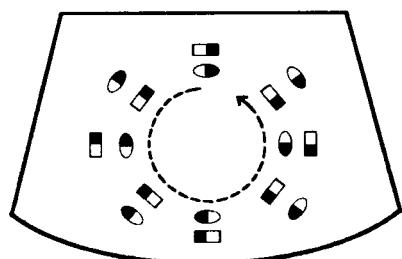
[7] ~ [8] 做“弹动退步”动作，一拍一步。

[9] ~ [10] 做第 [1] ~ [2]。

[11] ~ [12]，做第 [3] ~ [4]。

### 3、送膝舞（高多俄）

舞者若干，手拉手，“五指相编”，领舞者“捧笙”

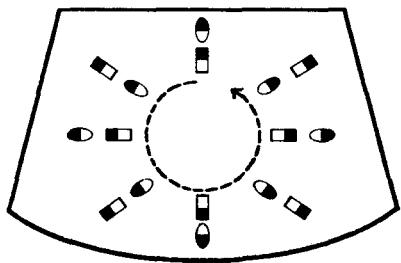


#### 【送膝舞】

[1] ~ [2] 起左脚，往前做“三步踩”动作一次。

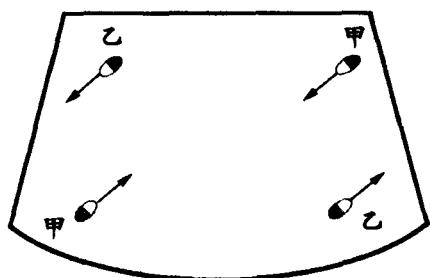
[3] ~ [4] 退左脚，向后退“三步踩”一次。

[5] ~ [6] 做“踢腿划弧”动作一次。



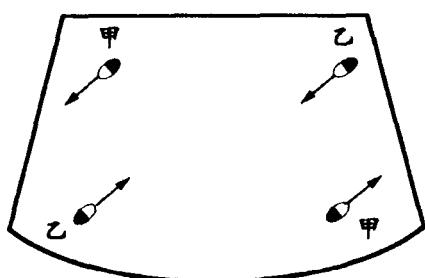
- [7] ~ [8] 做右“吸退跺地”、左“吸腿跺地”各一次。  
 [9] 做右“一步踢”动作一次，同时向右转身四分之一圈。  
 [10] 做左“一步踩”动作一次，同时向左转身四分之一圈。  
 无限反复，舞完曲止。

#### 4、铓锣舞（高格龙勐）



##### 【铓锣舞】

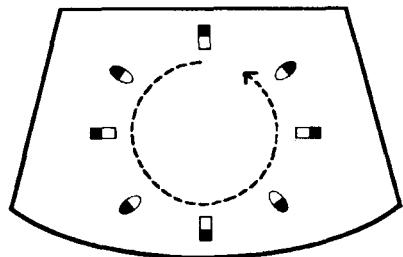
- [1] ~ [2] 甲组做“敲铓跺步”动作一次。  
 乙组做对称动作（手仍为右手敲铓锣）



- [3] ~ [4] 甲组做“敲铓连跺步”动作一次，  
 乙组做对称动作（手不变）。  
 无限反复，舞完曲止。

#### 5、西盟跳木鼓房

“五指相编”围圈，有时可不拉手，舞时手随势摆动。



## 【西盟跳木鼓房】

- 118 [1] 原地“半蹲”身前俯。  
 [2] 做“屈膝跺步”动作一次。  
 [3] 做“举拳靠步”动作一次。  
 [4] ~ [8] 依次反复做“屈膝跺步”、“举拳靠步动作，舞完曲止。

传授 李赛寨 陈块可 陈依块  
 编写 王世雄 鲍志明 高立旗 杨赛亮

### 三、敲 木 鼓

#### (一) 概 述

“敲木鼓”佤语称“歹克罗”。当工匠把木鼓制作好试敲满意后，就把它抬入木鼓房上架敲打。全寨乃至全部落的群众闻声而至，木鼓房旁犹如闹市，水泄不通，男女老幼拉成大圆圈，合着鼓点跳转，舞步整齐，节奏感强，大家边唱边跳，无乐器伴奏。

击鼓者为男性，每个木鼓二至四人合敲，他们右手执鼓槌舂打，左手握竹片敲加花伴奏，发出四种高低不同的音调，奏出佤山独具风格的旋律。

击鼓者的基本动作为：双脚立与肩宽，半蹲俯身，送胯转身，时而抬起右腿伸缩三次、对称，时而抬起左脚、挥舞鼓锤自转一周。表演到高潮时，动作幅度增大，围着大鼓狂舞，鼓点也更加激烈。鼓声、歌声浑厚，有力，舞蹈动作粗犷、质朴而富有韧性，热烈而奔放。

最精彩的是有的鼓手相互邀约，村寨之间进行击鼓比赛，谁敲得最动听、最热烈，舞蹈最优美，舞步最整齐，大家就喝着采把他团团围在中间，姑娘们端着水酒向他们祝贺，表达敬佩之心，传递爱慕之情。

#### (二) 音 乐

##### 说 明

《敲木鼓一》均为四男舞者敲击，分甲、乙、丙、丁组。四人分别站立于木鼓四方，按打击乐符号所示击鼓，边击边舞。“×”为右手击鼓，“○×”为左手击鼓，右手击鼓声响为“咚”左手击鼓声响为“喇”。(敲木鼓二)甲、乙、丙、丁四人击法一致，同步进行。

## 敲木鼓一

♩ = 90

传授 李云昌  
记谱 李云昌

锣鼓字谱

	咚 刷   咚 刷	:	咚 刷   刷 刷		咚 刷   咚 刷		咚 刷   刷 刷	
甲	× 0   0 0	:	× 0   0 0		× 0 × 0		× 0 × 0	
乙	0 ×   0 0	:	0 ×   0 0		0 × 0 0		0 × 0 0	
丙	0   × 0	:	0 0   × 0		0 0 × 0		× 0   × 0	
丁	0   0 ×	:	0 0   0 ×		0 0 0 ×		0 0 0 ×	

	咚 刷   咚 刷		咚 刷   刷 刷		咚 刷   咚 刷		咚 刷   刷 刷	:
	× 0   0 0		× 0   0 0		× 0 × 0		× 0 × 0	:
	0 ×   0 0		0 ×   0 0		0 × 0 0		0 × 0 0	:
	0 0   × 0		0 0   × 0		0 0 × 0		× 0   × 0	:
	0 0   0 ×		0 0   0 ×		0 0 0 ×		0 0 0 ×	:

## 敲木鼓二

节奏明快  $\text{♩} = 100$ 

传授 记谱 李云昌

打击乐字谱

打击乐字谱

咚 嘬 咚 嘬 ||: 咚 嘬 咚 嘬 | 咚 嘬 咚 嘬 | 咚 嘬 咚 嘬 |

$0 \times 0 \times ||: 0 \times 0 \times | 0 \times 0 \times | 0 \times 0 \times |$

咚 嘬 咚 嘬 | 咚 嘬 咚 嘬 | 咚 嘬 咚 嘬 | 咚 嘬 咚 嘬 :||

$0 \times 0 \times | 0 \times 0 \times | 0 \times 0 \times | 0 \times 0 \times :||$

## (三) 造型服饰道具

## 造 型



击鼓者



场面图

服饰 同“拉木鼓”服饰。

道具 木鼓、鼓槌、竹片（均见“统一图”）

#### (四) 动作说明

##### 道具执法

- 鼓槌执法 (见统一图)
- 执竹片 (见统一图)
- 左手执竹片, 右手执鼓槌,  
轮换敲击 (见图 20)
- 木鼓击法按打击乐谱所示。
- 敲木鼓法



图 20

##### 基本动作

###### 1. 马步击鼓

第一~二拍 左右手轮换击鼓, 双腿屈膝, 左右送胯各一次。  
(见图 21)



图 21

###### 2. 抬腿击鼓

第一拍 左脚向左迈步, 同时右腿旁抬, 屈膝勾脚, 上身左倾 (见图 22)



图 22

第二~四拍 右脚向右伸缩三次同时带动左腿屈伸。

第五~八拍 做一至四拍对称动作。

### 3、跳步击鼓

第一拍 “马步”，向右跳一步。

第二拍 原地小跳一次，双手击鼓。

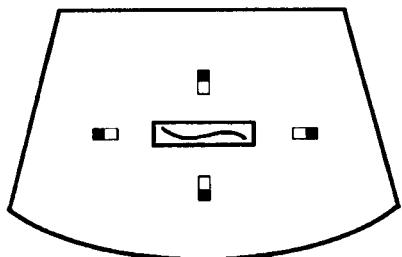
## (五) 场记说明

**角色**

男青年 (■) 4人

**道具**

木鼓

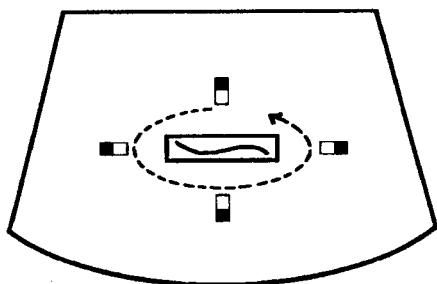


### 【敲木鼓一】

[1] ~ [4] 做“马步击鼓”动作。

[5] ~ [8] 做“抬腿击鼓”动作。

无限反复、舞完曲止。



### 【敲木鼓二】

[1] ~ [8] 做“跳步击鼓”动作，逆时针方向跳转。各个套路可随意反复变化。

传 撰 岩 扫 岩 给  
岩 养 岩 勒  
编 写 王世雄 尼早 孔玉玲  
高立旗 鲍志明

## 四、砍头刀舞

### (一) 概述

砍头刀舞是部分佤族地区旧时的传统舞蹈，建国以后不再有此舞。

过去，佤族的木鼓祭祀活动往往是与砍头活动联系在一起的。每当猎头有获。须速归（怕复仇），接近寨子时，即鸣枪报喜。寨中人闻声敲响木鼓，象脚鼓和铓锣，盛装出寨迎接。首先由最有威望的一男性长者双手捧着盛满水酒的竹筒念念有词，祈求砍来的人头保佑谷物丰收、村寨平安，并跳起迎头舞蹈。接着，“砍头英雄”（猎头者）跳起“砍头刀舞”，以显示自己英勇善战和长刀的好运气。

新中国成立后，砍头的习俗已经取消，此舞也不跳了。“砍头刀舞”有单刀舞和双刀舞，其动作主要是上、下、左、右挥动长刀防身，砍劈，刺杀。按逆时针方向行进跳转。

#### 说 明

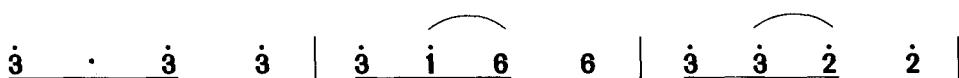
《砍头刀舞》音乐无乐器伴奏，故凭演唱者的乐感，自行定调，边唱边舞。

#### 曲 谱

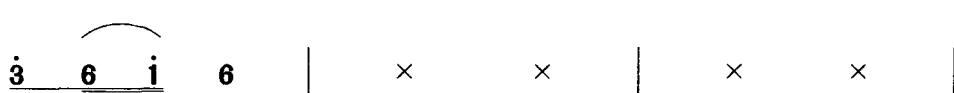
### 单 刀 舞

勇敢机智

传授  
记谱 陈块可  
鲍志明



(男领) 好 长 刀,(合)亮 又 亮,(领)好 长 刀



在 战 场。(喊声)嘿 嘿 嘿 嘿



嘿

## 双刀舞

1=C 2/4 ♦ = 60

译词 记谱 李云昌  
配歌 高立旗

2 i 6 | 6 3 | i i 6 6 3 |  
 (领) 长 刀 啊 (合) 长 刀 (领) 光 亮 的 长 刀

6 3 3 | i i 6 i 3 | 6 3 3 |  
 有 运 气, (领) 光 亮 的 长 刀 (合) 有 运 气,

i i i 3 | 6 3 | i 6 6 3 |  
 (领) 人 头 来 之 不 易, (领) 付 出 汗 水

6 6 3 | i i i 3 | 6 3 |  
 (合) 血 迹。 (领) 人 头 来 之 不 易,

i 6 i 3 | 6 3 |  
 (合) 付 出 汗 水 血 迹。

### (三) 造型服饰道具

**造型**



单刀舞者



双刀舞者

**服饰** 参照“拉木鼓”男服饰。

**道具** 长刀（见统一图）

### (四) 动作说明

**道具执法**



双手执刀



执双刀

### 基本动作

#### 1、单刀舞

##### 动作一 右上步砍刀

第一~二拍 右脚向前一步，同时左腿后抬，刀向前方砍下，身前俯（见图 23）对称动作为左上步砍刀。



图 23

##### 动作二 右退步举刀

第一~二拍 左脚后退一步，同时右脚擦地收回于左脚旁，刀收回于左肩上，目视对方。（见图 24）。



图 24

##### 动作三 丁字跳步

第一~四拍 左“丁字步”、“半蹲”，右手握刀，左手握拳，于胸前，向前跳四次。（见图 25）。



图 25

第五拍 “双脚跳”，同时向左转身半圈，手的动作不变。

## 2、双刀舞

第一拍 右脚点地，双膝屈，右手执刀于腿上，左手执刀“提襟”。

第二拍 左脚向前跨一步，同时向右转身半圈，双膝微屈，身前俯，左手挥刀由上砍下，目视刀，右手执刀于后背（见图 26）。



图 26

第三拍 右腿抬起，同时向左转身半圈，右手挥刀上举，左手执刀下垂，刀锋向下（见图 27）。



图 27

第四拍 右脚重落，“半蹲”，右手执刀向前方砍下，左手执刀“提襟”位（见图 28）。



图 28

第五~六拍 做三至四拍动作。

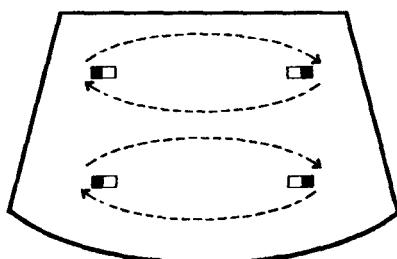
### (五) 场记说明

#### 角色

男舞者 (■) 单刀舞 4 人，持单刀；双刀舞 1 人，持 2 把。

#### 1、单刀舞 (沧源)

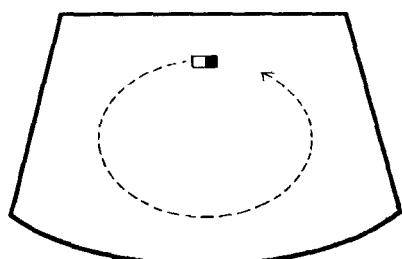
舞者四人，两人一对面对面站立。



#### 【单刀舞】

- [1] 甲组“右上步砍刀”，乙组“左上步砍刀”。
- [2] 甲组“退步砍刀”，乙组“左退步砍刀”。
- [3] ~ [4] 重复 [1] ~ [2] 的动作。
- [5] ~ [7] 两组同时做“丁字跳步”动作，四人交叉，交换位置。

#### 2、双刀舞 (西盟)



由一人表演，左手各握一把长刀，逆时针方向  
反复跳转，舞完曲止。

传 授 李赛寨 陈块可

陈依块岩可

编 写 鲍志明 尼 早

孔玉玲 高立旗

## 五、迎头舞和送头舞

### (一) 概述

过去，凡猎到人头或打到麂、豹、熊等大动物时，都要用其首来祭木鼓。其首既是供品又是崇拜之物。供头仪式隆重，人们围着木鼓房又唱又跳，敬祈供品使谷物长得好，让人们有吃有穿。

每当猎头有获，人们闻讯出寨迎接，这时候魔巴跳“迎头舞”。到祭木鼓时，全寨人跳“供头舞”。

人头或兽头供在木鼓房一段时间后，就要把它送往寨外的鬼树林中，鬼树林中有专放人头的“人头桩”。在送头过程中，全村人又聚集到木鼓房旁跳“送头舞”三天，最后一天下午才把人头送出，一路上要求队伍整齐，忌摔跤，忌别人踏着自己的脚后跟。

供头舞与送头舞动作基本相同，边唱边跳，无乐器伴奏，二者均有特定的时间、场合、地点限制，舞者人数不限，跳“送头舞”时，男性头缠黑布，女性头上插红毛树叶，有较浓厚的祭祀性质。

迎头舞专由魔巴跳，主要动作是走步移动，泼洒水酒，舞步较深沉稳重，显得端庄、严肃。

### (二) 音乐

#### 说 明

《迎头舞》由佤族民间吹奏乐器“德”吹奏舞者自吹自舞，《供头舞》和《送头舞》为自唱自舞，无乐器伴奏。

#### 迎 头 舞

1=C 2/4

传授 李云昌  
记谱 李云昌

5 . 6 5 | 6 5 6 5 6 5 6 5 6 5 ||  $\frac{6}{\tau}$  3 - | 3 -  
3 - | 3 3 3 3 | 3 3 3 3 | 3 - | 3 . 5  
 $\frac{6}{\tau}$  5  $\frac{6}{\tau}$  5 |  $\frac{6}{\tau}$  5  $\frac{6}{\tau}$  5 |  $\frac{6}{\tau}$  5  $\frac{76}{\tau}$  5 |  $\frac{76}{\tau}$  5 6 3 5 | 6 3 6 5 5  
6 5 6 5 6 5 6 5 6 5 : ||

## 供头舞

$$1 \equiv C_{-2/4} \downarrow \equiv 60$$

昌黎立云

诉说地

The musical notation consists of five measures. Measure 1: A dotted half note followed by two eighth notes (2 2). Measure 2: A sixteenth note followed by a quarter note (6 5). Measure 3: A quarter note followed by three eighth notes (i 5 6 5). Measure 4: A sixteenth note followed by a quarter note (6 5). Measure 5: A quarter note followed by two eighth notes (i 5 i 5). The lyrics '谜语(领)木 鼓 啊' are written below the notes.

译词(领)木 鼓 响 不 故, 我们 猎 人 天

i 5 6 5    6 5 |    i 5 i    i 5 6 |    i 5 6    6 5

来    祭    你，        保佑    村    寨        平    安，

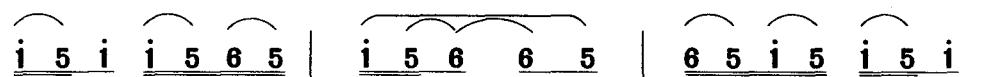
来 祭 你， 保佑 村 寨 平 安，

保佑人畜不会生病。  
 木鼓木鼓

保佑人畜不会生病。木鼓木鼓

Musical score for the first section of 'The Star-Spangled Banner'. The score consists of two measures. The first measure contains two groups of notes: the first group has a bass note 'F' followed by a 'G' and a 'C'; the second group has a 'D' and an 'E'. The second measure begins with a repeat sign, followed by a bass note 'A' and a 'B'. The vocal line continues with a 'C' and a 'D'.

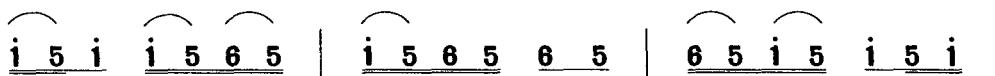
木鼓 啊 木鼓， 我们 猎人 头来 祭 你



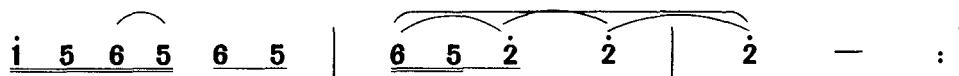
保佑谷物丰 收，人们有吃



又 有 穿。木 鼓 木 鼓 木 鼓 啊 木 鼓



木 鼓 木 鼓 木 鼓 啊 木 鼓，木 鼓 啊 木 鼓



木 鼓 啊 木 鼓 (合) 哟

### 送 头 舞

1=C 2/4 ♦ = 60

悲哀地

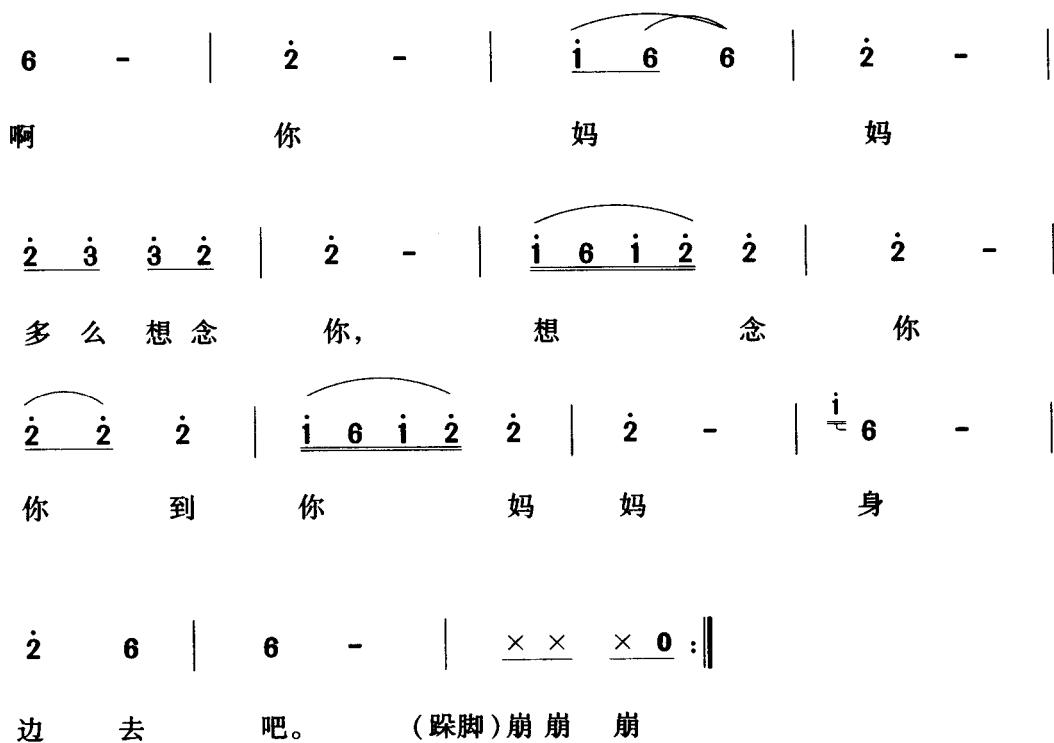
译词 记谱 李云昌  
配歌 高立旗



(译词) 战 利 品 战 利 品



战 利 品 啊 战 利 品



## 译词

2、战利品啊战利品，你爹爹多么想念你。

我们永远纪念你，守护你。

注：“战利品”指被猎回的人头。

## (三) 造型服饰道具

## 造型



魔巴

服饰 参看“拉木鼓”服饰说明

#### 道具

竹筒（见“统一图”）

德（见“统一图”）

### （四）动作说明

#### 道具执法

魔巴执盛满水酒的竹筒和树叶（见造型图）。

##### 1、迎头舞

第一拍 左脚向左前迈一步，同时右脚靠拢左脚。

第二拍 双脚原地踮一下。

第三～四拍 做一至二拍对称动作。



图 29

第四十五拍 右脚在左脚旁跺地二次，手不动。

第四十六拍 右脚在左脚旁跺地二次，双手自然前后摆动。

### （五）跳法说明

“迎头舞”为魔巴独舞，其自吹“德”伴奏，在自身方位的顺时针方向跳转，反复一至四拍动作，舞完曲止。

“送头舞”男女均可参加，围圆拉手，五指相编，且唱且舞，舞完曲止。

传 授 岩 可 岩 张  
 岩 扫 岩 满  
 娜 夏 娜 领  
 编 写 尼 早 孔玉玲  
 高立旗

## 六、剽牛舞

### (一) 概述

“剽牛舞”是在木鼓拉至木鼓房旁，剽牛后的第二天傍晚，在剽牛人家竹楼上进行的男性祭祀性双人舞蹈。一魔巴左手端着盛满水酒的竹筒，右手握一标杆走在前面，边走边唱，泼洒水酒，挥动标杆驱邪，尔后又捧上一块牛肉，念念有词地敬祈平安，另一舞者吹着芦笙伴奏跟随，舞步相同。二人在屋内来回往返，大约十分钟后结束。

“剽牛舞”动作稳沉、端庄、严肃。

群众性的“剽牛舞”在主人家旁的剽牛场上进行，大多重复跳“跳一下”、“跳三下”、“龙摆舞”等祭祀为内容。

### (二) 音乐

#### 说明

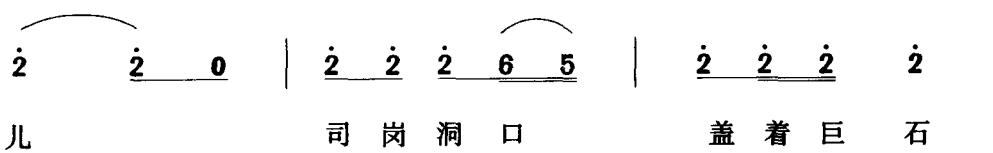
《剽牛舞》音乐无乐器伴奏，凭演唱者的乐感，自行定调，边唱边舞。

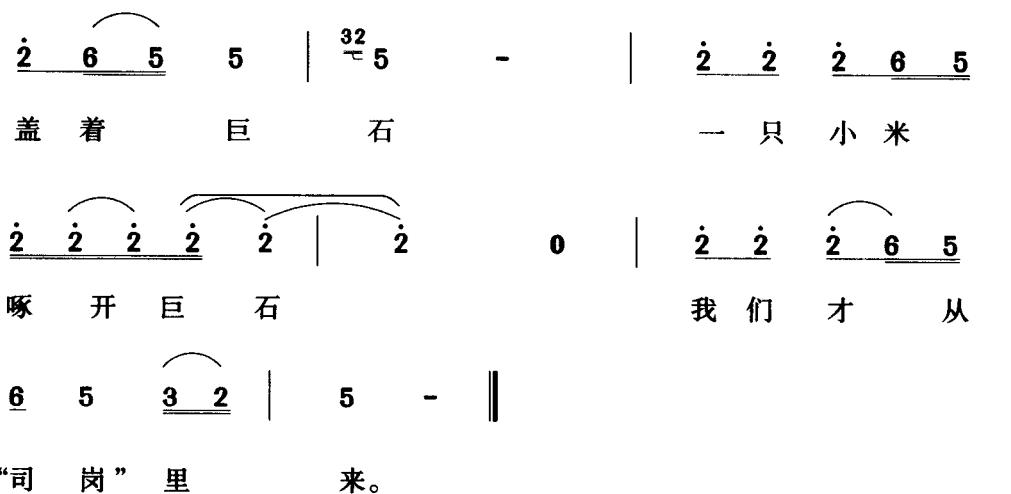
#### 剽 牛 舞

1=C 2/4 ♪ = 42

译词 记谱 李云昌  
配歌 高立旗

译词(领) 儿 儿 儿

  
 儿 司 岗 洞 口 盖 着 巨 石



## 译词

2、为感谢小米雀的恩情，我们剽牛来祭祀，祈求村寨平安谷物丰收。

## (三) 造型服饰道具

## 造型



吹笙者

服饰 参看“拉木鼓”服饰说明。

## 道具

剽杆（见“统一图”）

竹筒（见“统一图”）

笙（见“统一图”）

#### (四) 动作说明

##### 道具执法与用法

捧笙（见“统一图”）

执剽杆右手执剽杆举于头右侧，左手端盛满水酒的竹筒于左侧。（见图30）

##### 基本步法

###### 屈膝走步

第一~二十二拍 双膝屈，起右脚，向逆时针方向一拍一步走圆圈。

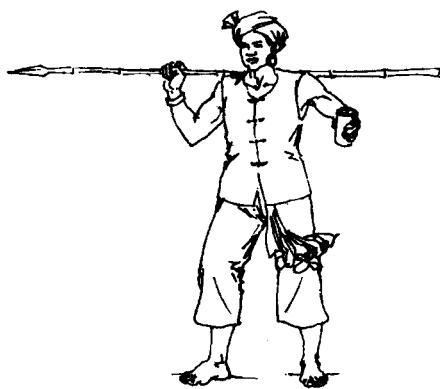


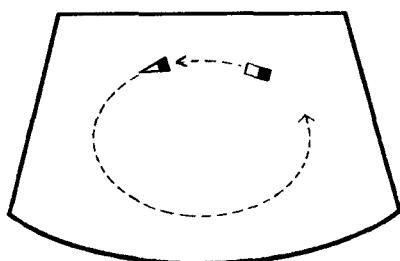
图 30

#### (五) 场记说明

##### 角色

魔巴 ▲

捧笙舞者 □



##### 【剽牛舞】

[1] ~ [14] 逆时针方向“屈膝走步”。

反复多次后，魔巴放下手中标杆和竹筒，双手捧起一块鲜牛肉，继续做“屈膝走步”动作，芦笙伴奏者动作不变。舞完为止。

传 授 岩 许 岩 帮 娜 很 娜 灰  
编 写 尼 早 孔玉玲 高立旗

---

《木鼓舞》

执行编辑 王世雄 鲍志明 彭成芳  
绘 图 刘永根  
资料提供 杨赛亮 李学宏 保永宏  
杨 琴

# 芦笙舞

## (一) 概述

芦笙舞即吹着芦笙跳的舞，佤语称“高格买比”，是逢年过节时佤族的自娱性集体圆圈舞。是夜，场院里烧起火，立一株松树，树下置桌，吹笙领舞者从主办芦笙舞人家竹楼的火塘边开始跳，一长者端着托盘（上置芭蕉、甘蔗、糯米粑粑、水酒等食物）与吹笙领舞者同舞，舞完三圈并一齐走下竹楼到场院里，将食物置于桌上，于是男女老幼围火而舞。有时在办喜事的人家跳舞，也有用蜡烛代替火堆的。芦笙舞还有“过年舞”、“圆圈舞”之称，在沧源部分地区还称“蜡烛舞”意为点着蜡烛跳的舞。

关于芦笙的来源，有这样一个故事：很早以前，地松鼠长得很好看，大眼睛、长绒毛，十分聪明，它经常把草根咬成一些长短不一的管子吹出高低不同的各种音，这便是今天的芦笙。一天，生来不会唱歌的阳雀从地松鼠旁飞过，听到地松鼠在吹草管，觉得十分动听，便对地松鼠说：“松鼠哥哥，我不会跳也不会唱，你能把你的芦笙借给我吹吹，让我高兴高兴吗”，地松鼠不肯借，怕阳雀不还，阳雀说：“我就吹一下嘛，如果你不放心，就抓住我的尾巴，我就不会跑掉了”，地松鼠看到阳雀苦苦相求，便答应了，而且抓住了阳雀的尾巴，不让它拿了芦笙跑掉。阳雀吹了一会儿芦笙，舍不得还，趁地松鼠不备，用力一挣带着芦笙飞走了，结果尾巴被地松鼠拽断，现在的阳雀没有尾巴，但它有一个动听的芦笙，整天在天上吹来吹去。地松鼠呢，失去了心爱之物，整天哭泣，念着“还我芦笙，还我芦笙”时间一长，眼睛也哭小了。后来有一个孤儿，爹妈死了，他十分忧郁痛苦，一天，听到阳雀的叫声，便模仿着用竹子做成了芦笙，以此来消愁。当时，佤族盛行砍头祭谷，生活困苦，孤儿便用芦笙吹奏各种曲调以消除人们的痛苦，由此产生了芦笙的玩调、谈情调、孤儿调，也产生了许多用芦笙伴奏的舞蹈形式。

在沧源地区，则又流传着“达赛玛”的故事，达赛玛是个孤儿，他看到猎头祭谷给人间危害太大，便四处游说传舞传教，他用以宣传猎头祭谷害处的舞叫“孤儿舞”，人们跟着达赛玛学舞，并在此基础上加工创作，产生了许多模拟鸟兽动作，模拟生产生活动作的舞蹈，逢年过节人们均以此为乐，随着时代的前进，这些舞蹈从单纯的自娱功能变为融自娱、社交、庆贺、教育、祈祷丰收等多种功能的舞蹈；伴奏乐器也从芦笙、竹笛发展到笙、笛、独弦琴、毕颂等多种乐器伴奏，舞蹈形式也分成男女老幼皆跳的集体舞、青年男女才跳的青年舞，或是老人舞、儿童舞等。为方便起见，我们把男女老幼皆跳的，用芦笙伴奏的舞蹈称芦笙舞，用多种乐器伴奏的舞叫“打歌”，只有青年男女跳的舞叫“找朋友”（即谈情说爱舞）。

沧源收集到的芦笙舞有五十多种跳法，双江收集到十多种跳法，这些舞大致分如下几

种类型：

1、模拟鸟兽动作的舞。诸如：“摆头虫舞”、“龙摆舞”、“斑鸠舞”、“乌鸦舞”、“狗脚舞”、“白鹇舞”、“鸡盘食”、“麂子跳”、“田鼠舞”、“鹭鸶舞”、“燕子舞”、“布谷鸟舞”、“马鹿舞”、“野猫跳”、“孔雀舞”、“喜鹊舞”、“小米雀舞”、“蟋蟀舞”等。这些舞模拟鸟兽的飞、跑、跳、转、摆动作，飞则轻盈、跑则欢快、跳则粗犷、转则灵活。头、身、臂随势摆动，加上舞蹈音乐的拟声，更是声似形似神似、形神俱到，给人一种欢乐可笑，滑稽愉悦之感。

2、模拟劳动生产的舞蹈。诸如：“种包谷”、“挖地舞”、“施肥舞”、“铲地比赛”、“春墙舞”、“踩谷舞”、“春小米”、“烤火舞”、“凑火舞”、“骑马舞”、“犁地歌”、“薅棉花”等。这些舞将劳动生产动作形象化，既有娱乐功能，又有传授劳动生产知识功能。

3、有特定动作的自娱性舞蹈。诸如：“绕三圈”、“对跳”、“穿翻歌”、“往后跳”、“连接跳”、“右跺脚”、“进退跳”、“弯膝舞”、“扭脚舞”、“勾脚舞”、“出门跳”、“刹车舞”、“扫地歌”、“两脚歌”、“踢脚歌”、“缩脚歌”、“蹩脚歌”、“嗑膝盖”、“蒿子摆”等。这些舞以一个或几个特定动作配以平常的走、转、跳、跺等舞步，在手势、队形上稍加变化，在动向、力度上随腿、脚、膝的技巧进行变化，形成各个不同组合的特点。

芦笙舞的跳法千变万化，但都以火为中心，其跳法又以模拟鸟兽动作的舞蹈更为生动有趣，芦笙舞的动律在于眼随身到，身随步摆，步随音动。节奏感比较强，各种变化均在步法的变化上，身、手、头、眼均随势为之。勾脚、踢腿、跺、蹦、跳、跨都十分灵活，除捧笙伴奏者外，手的动作因时而异、因人而异、因舞而异。有扣手而舞的、有拉手而舞的，有甩手而舞的，有抱手而舞的、也有背手而舞的，随意性比较大，一般情况下，男舞者动作幅度大，显示出一种粗犷豪放，女舞者动作幅度较小，显得悠娴自如，基本动律为左走右跺，抬腿踮脚，起步屈膝，有张有驰。走步左轻右重，一步一弹动，每个动作都有身、形、步的和谐潇洒之妙。其神态犹数模拟鸟兽觅食、惊跳、寻伴的眼神逼真，具有警觉灵敏之感。每个组合的对称性较强，一般都是左做一次，右做一次，前做一次后做一次，舞者也往往男女成对。唱与舞的配合也十分和谐，即兴创作的唱词配以节奏分明的笙声，使热闹非凡的舞场闹而不乱。时有助兴的“习嘿哈！习嘿哈！”等吼声与合声，便会激发舞者的情绪，使之越跳越有劲、越跳越热烈。

(王世雄)

## (二) 音乐

### 说明

“芦笙舞”的音乐是用佤族民间乐器“葫芦笙”伴奏。吹“笙”者均为男舞者，边吹边舞。一般在欢快的芦笙曲中有助兴的呼喊声，例“习嘿哈！哎，习嘿哈！”等。呼喊声是根据舞蹈动作的变化而有规律的呼喊，与芦笙舞曲溶为一体，烘托舞蹈的气氛，热情欢快。有的地区也有在芦笙曲中，加入锣声和即兴性的演唱曲的。演唱曲均为佤族民歌， $2/4$ 拍节奏，与芦笙曲溶为一体。歌声，锣声伴随着芦笙曲具有浓郁的乡土气息和地方特色，热情、豪放、欢快，活泼。

## 曲谱

## 白 鹅 舞

1=E 2/4 ♦ = 56

明快 自豪地

传授 白俄块  
记谱 鲍志明

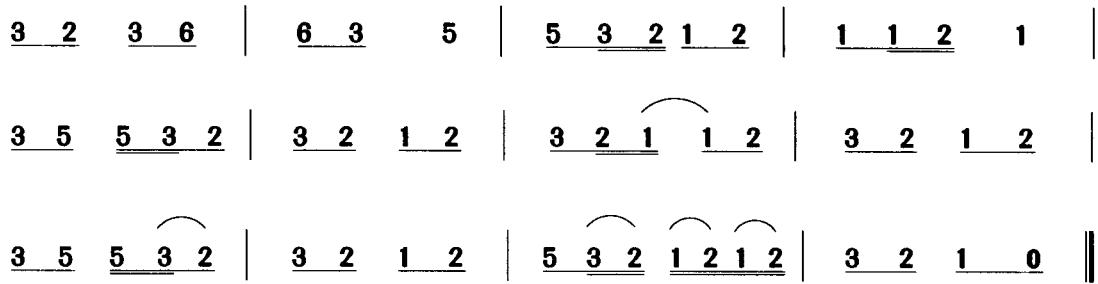
1 1 1 5 6 | 1 1 1 1 | i 5 6 i 5 6 | i i i i |  
 i 5 6 i 5 6 | 5 3 2 1 1 | i 5 6 i 5 6 | i i i i |  
 i 5 6 i 5 6 | 5 3 2 1 1 | i 5 6 i 5 6 | i i i i |  
 i 5 6 i 5 6 | 5 3 3 2 1 1 | 1 5 3 2 1 5 6 | 5 3 2 1 0 ||

## 鸡 叫 舞

1=D 2/4 ♦ = 90

记谱 鲍志明

1 1 5 5 | 5 5 6 1 | i i 5 6 | i i i |  
 1 1 3 6 | 3 5 5 | 5 3 2 1 1 2 | 1 1 2 1 |  
3 5 5 3 2 | 3 2 1 | 3 5 5 3 2 | 3 2 1 |  
3 5 3 2 1 | 3 2 1 | 5 3 2 1 2 1 | 3 2 1 |  
3 5 5 6 | i i i | i i 5 6 | 3 5 5 |

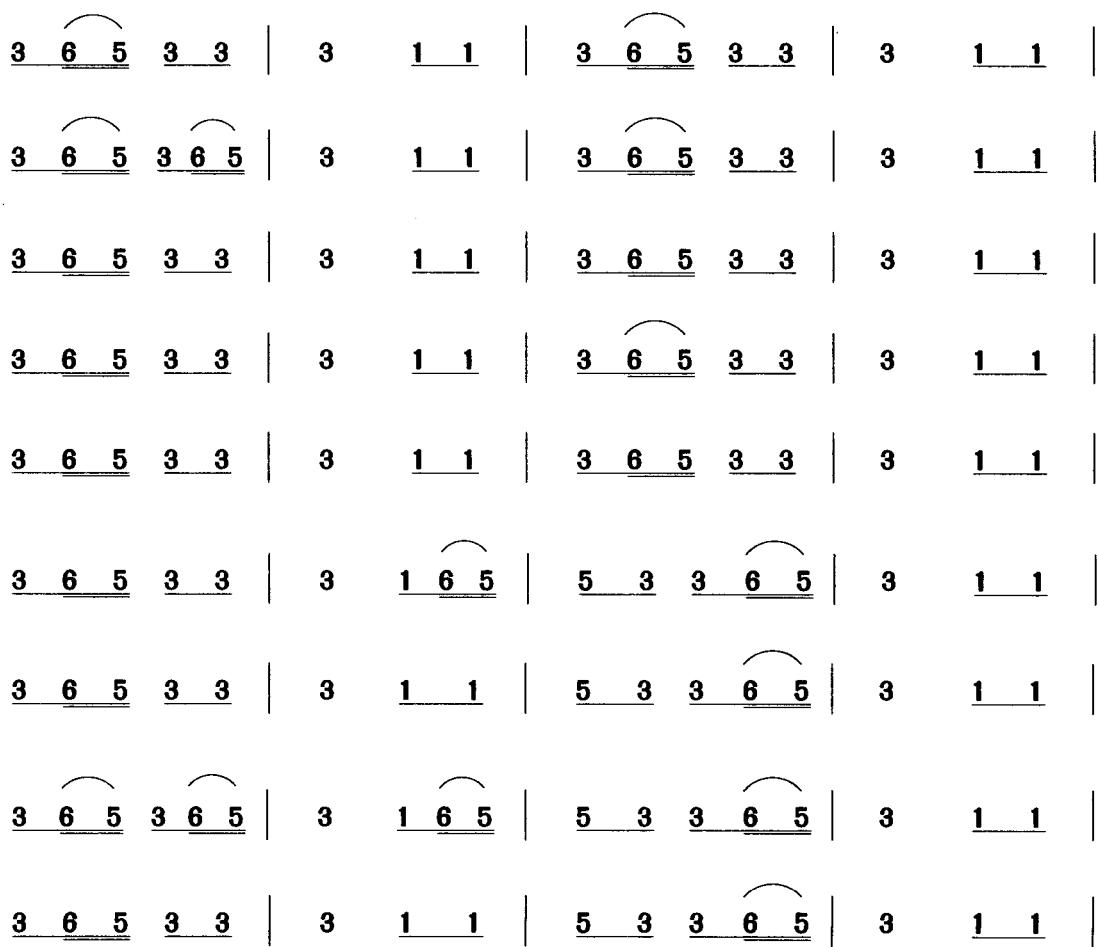


## 龙 摆 舞

1=G 2/4 ♦ = 72

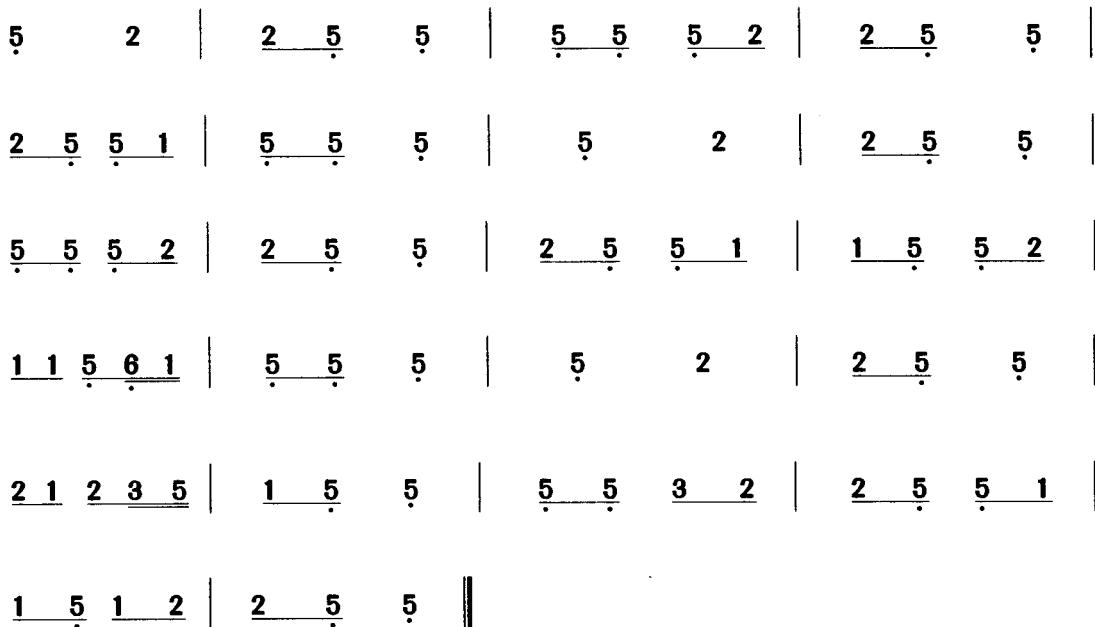
传授 李赛察  
记谱 鲍志明

坚定有力



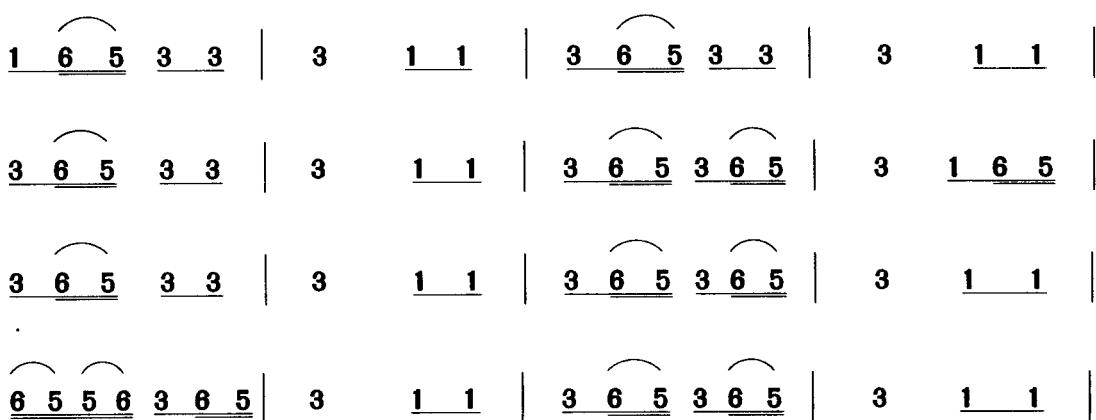
## 蝶 舞

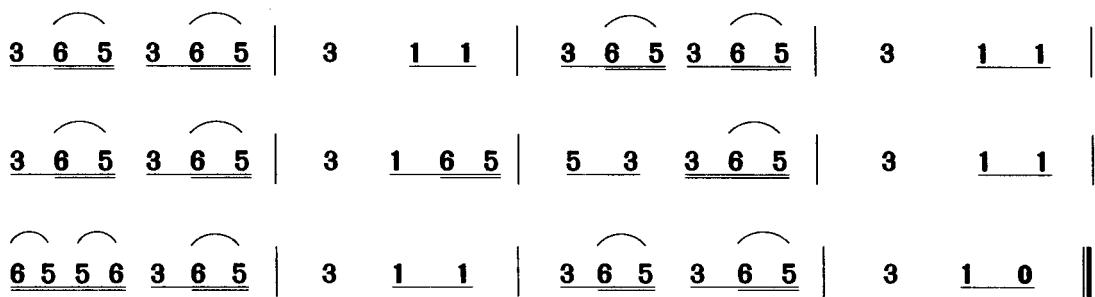
1=F 2/4 ♦ = 75

传授 陈算嘎  
记谱 李岳

## 斑 鸿 舞

1=G 2/4 ♦ = 60

传授 李赛寨  
记谱 鲍志明

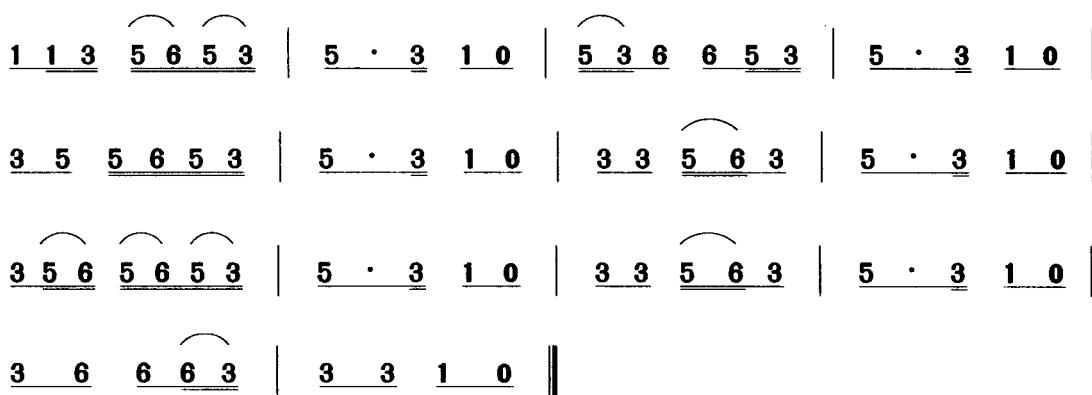


## 喜 鹊 舞

1=A 2/4 ♦ = 56

传授 肖岩惹  
记谱 鲍志明

豪放有力

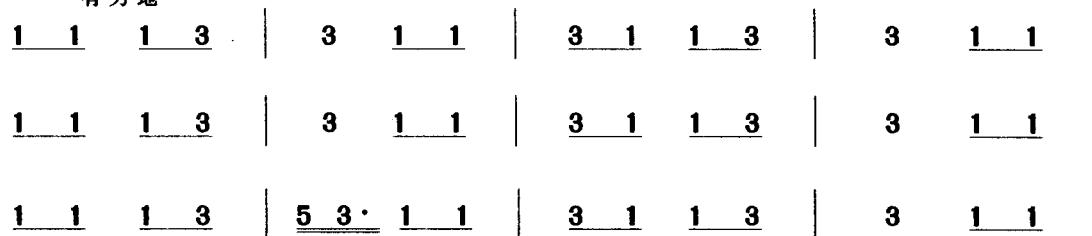


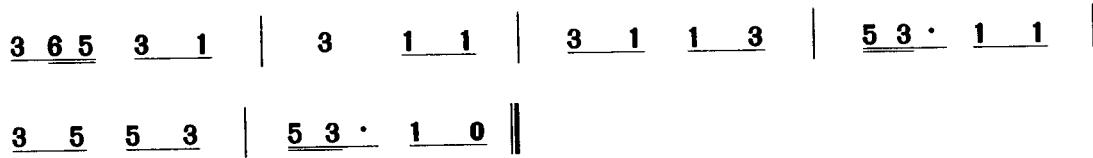
## 鸡 盘 食

1=C 2/4 ♦ = 56

传授 田沐块  
记谱 鲍志明

有力地



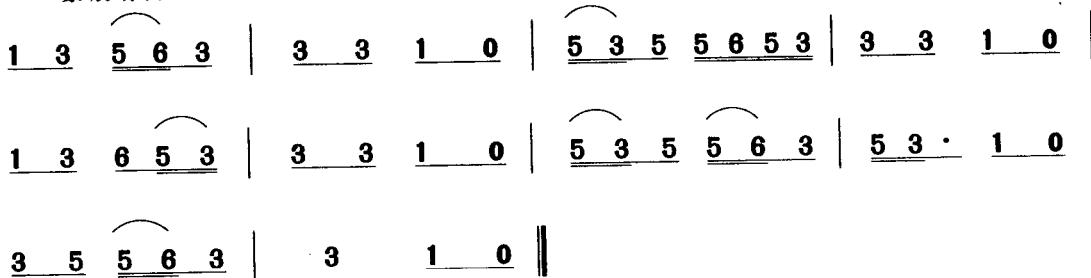


## 布谷鸟舞

1=A 2/4 ♩ = 56

传授 肖岩惹  
记谱 鲍志明

豪放有力

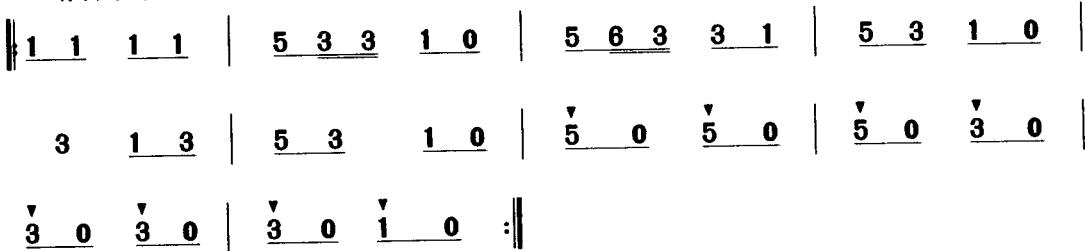


## 鹿子舞

1=A 2/4 3/4 ♩ = 64

传授 肖嘎杰  
记谱 鲍志明

有力欢快地

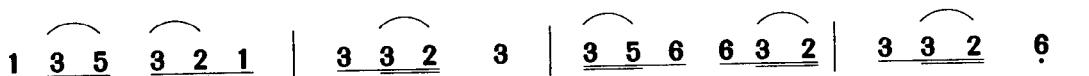


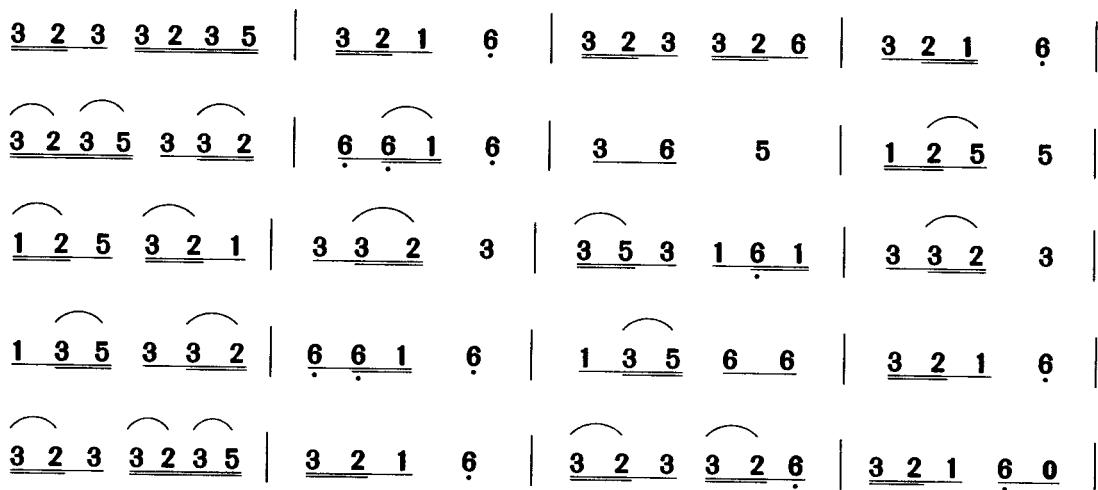
## 勾脚舞

1=D 2/4 ♩ = 80

传授 王罗坎  
记谱 鲍志明

热情欢快

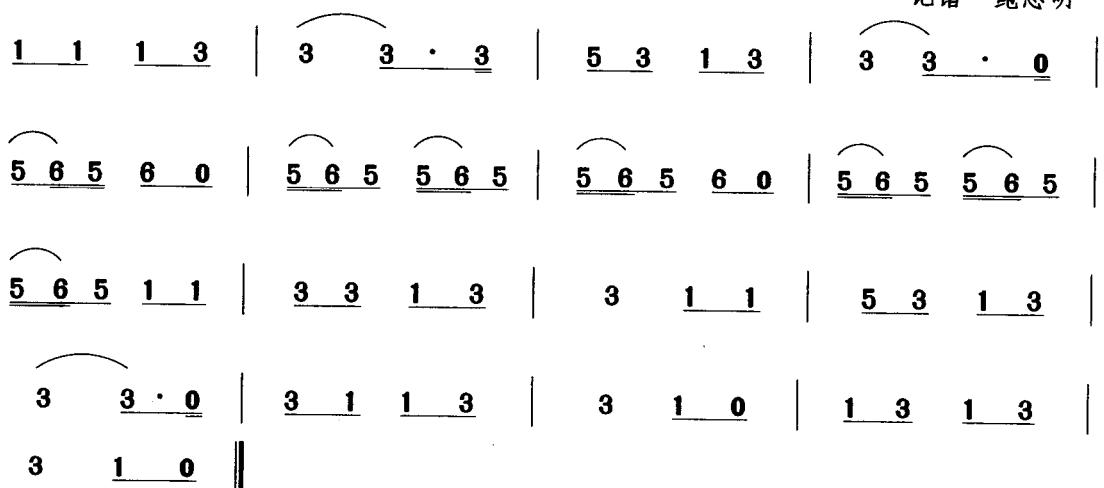




## 蒿子摆

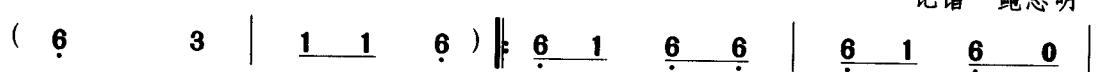
1= E 2/4 ♩ = 64

有力欢快

传授 李岩勤  
记谱 鲍志明

## 往后跳

1= G 2/4 ♩ = 120

传授 彭尼门  
记谱 鲍志明

<u>1</u> <u>6</u>	<u>6</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>0</u>	<u>6</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>6</u>	<u>6</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>0</u>
<u>3</u> <u>3</u>	<u>3</u> <u>1</u>	<u>1</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>0</u>	<u>1</u> <u>6</u>	<u>1</u> <u>6</u>	<u>1</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>0</u>
<u>1</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>0</u>	<u>6</u> <u>6</u>	<u>1</u> <u>6</u>	<u>1</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>0</u>
<u>0</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>6</u>	<u>6</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>0</u>	<u>0</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>6</u>	<u>6</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>0</u>
<u>3</u> <u>3</u>	<u>3</u> <u>1</u>	<u>1</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>0</u>	<u>1</u> <u>6</u>	<u>1</u> <u>2</u>	<u>1</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>0</u>
<u>1</u> <u>6</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>1</u>	<u>1</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>0</u>	:			

## 扭 脚 舞

1=A 2/4 ↓ = 75

明志鮑尼門授傳記譜

0 5    5 5 3 | 5 . 3 1 0 | 3 5 3 5 3 | 5 . 3 1 0

5 3 5 6    5 5 3 | 5 . 3 1 0 | 3 5 3 5 3 | 5 . 3 1 0

3 . 5    3 5 3 | 5 . 3 1 0 | 5 3 5 6    3 5 3 | 5 . 3 1 0

3 . 5    3 5 3 | 5 . 3 1 0 | //

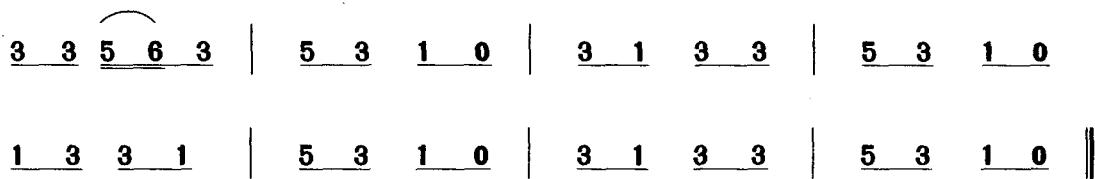
## 跷 膝 舞

1= B 2/4 2/4 ♩ = 60

豪放有力

解明志嘎鮑肖

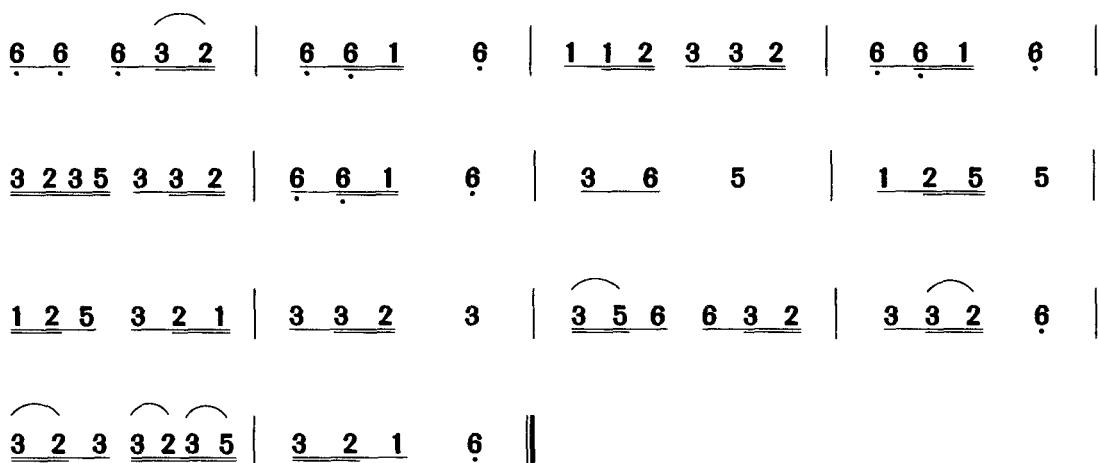
1 1 | 5 3 3 1 0 | 5 6 3 3 3 | 5 3 1 0



## 转 饭 锅

1=D 2/4 ♩ = 72

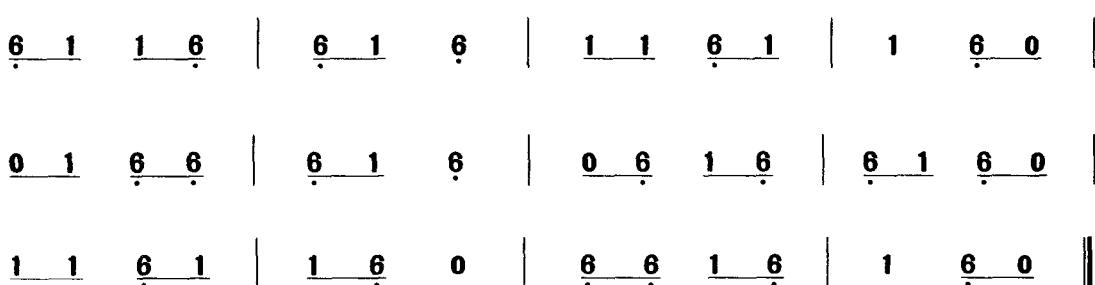
轻松喜悦地

传授 王罗砍  
记谱 鲍志明

## 凑 火 舞

1=G 2/4 ♩ = 120

欢快跳跃

传授 彭尼倒  
记谱 鲍志明

## (三) 造型服饰道具

## 造 型



男青年



女青年

## 服 饰

男青年戴黑色布包头，黑色长袖大襟衣，无领。脖戴项圈，双耳坠环。黑色摆裆裤，系蓝腰带，扎黑绑腿。

女青年披长发，用彩色毛绒线缠发辨，有绒球装饰，用黑丝线将辨稍稍束于颈后披下。双耳戴环，脖戴项圈，挂银销片。蓝色长袖无领大襟衣，稍短。穿裙，长过膝，有蓝、褚、白、黑等色条状点状花纹图案。腰坠挖耳，烟锥等物。小腿系裹腿。

芦笙舞服饰没有统一的规定，着佤族一般生活装即可，以上为其中服饰之一。

## 道 具

芦笙、五管芦笙（见“统一图”）。

## (四) 动作与跳法说明

## 道具执法

捧笙（见“统一图”）

组合动作

1、白鹇舞（高格逮）

第一~二拍 双膝屈，身微俯，起左脚向前走两步。

第三拍左脚向前一步屈膝，头向左拧，目视左前方。（见图 31）



图 31

第四拍头向右拧，目视右前方。（模拟白鹇左右觅食）。

第五~六拍 原地上身向左拧，目视左后方。

第七~八拍 做五至六拍对称动作。

第九~十拍 双腿屈膝，起左脚后退两步头向左右各拧一次。

第十一~十二拍 原地头向左右各拧一次。

第十三~十四拍 起左脚向左前方走二步，头随之左、右拧。

第十五拍 左脚向前上一步，头及上身向前伸，目视前方（见图 32）。



图 32

十六拍 原地身向左拧，目视左后方。

第十七~十八拍 “右刨步”二次，同时向左碾转半圈，身前俯，目视右脚尖（似觅食）。

第十九拍 右脚向左前方跳一步，同时左“吸腿”。

第二十拍 左脚落地擦地向左屈膝旁抬（见图 33）。



图 33

第二十一~二十四拍 “左刨步”二次，同时向右转身半圈。

第二十五~二十八拍 起左脚后退四步。

第二十九拍 左脚向左跳一步，同时“右吸腿”。

第三十拍 做第二十九拍的对称动作。

第三十一拍 左脚向前跳一步，同时右腿后抬，身前俯。

第三十二拍 左脚向前跳一步，双脚落地“半蹲”，身前俯。

#### 跳法

过节时跳，地点不拘，只要宽敞的地方，由一人表演。双手“捧笙”，奏“白鹇舞”音乐，做“白鹇舞”动作，众人围观，也有在旁跟着学跳的，多次反复，舞完曲止。

传授 白俄块（佤族）

编写 鲍志明（佤族）

#### 2、鸡叫舞（高格乌依呀）

第一拍 左脚向前跳一步，同时右腿后抬，身前俯。

第二拍 右脚向左前方跳一步屈膝，同时向左转身半圈。

第三拍 左脚向左跳一步，同时右脚前踢。

第四拍 右腿勾回，右“吸腿”位，同时左脚原地踏一次（见图34）。



图 34

第五~六拍 做三至四拍对称动作。

第七~十拍 做一至四拍动作。

第十~十一拍 做三至四拍对称动作。

第十三拍 左脚向左前方跳一步，右腿后抬。

第十四拍 左脚向左前跳一步，双脚落地“半蹲”。

第十五~十六拍 做十三至十四拍对称动作。

#### 跳法

“鸡叫舞”意为鸡叫以前跳的舞，舞者人数不限，领舞者“捧笙”，奏“鸡叫舞”音乐。其余舞者随声围圈起舞，逆时针方向转动，双手顺势摆动，舞完曲止。

传授 李正明（佤族）

编写 鲍志明（佤族）

### 3、龙摆舞（高格希务）

第一~四拍 起左脚，做“三步踢”动作。

第五~八拍 做一至四拍对称动作。

第九~十二拍 起左脚，做“弹动步转身”动作。

第十三~十四拍 起左脚，走“弹动步”。

第十五~十六拍 右脚向前一步，同时左“脚前抬”，右脚原地踮一次（见图 35）。



图 35

第十七~二十拍 右“抬腿勾崩”四次。

第二十一~二十二拍 左“抬腿摆”二次。

第二十三~二十四拍 左“抬腿勾蹦”二次。

第二十五~二十六拍 左抬腿蹦脚，右腿屈伸一次。

第二十七~二十八拍 左“抬腿勾蹦”二次。

第二十九拍 “双跺脚”、“右横图笙”。

第三十拍 左脚原地踮一次，右腿屈膝前抬。



图 36

第三十一~三十二拍 右“抬腿勾蹦”，左腿随势屈伸。

第三十三~三十四拍 右抬腿蹦脚，左腿屈伸一次。

第三十五~三十六拍 右“抬腿摆”。

第三十七~三十九拍 原地“双跺脚”三次，顺势向左、右“摆笙”。

第四十拍 右腿屈膝前抬。

第四十一~四十二拍 右“抬腿摆”。

第四十三~四十四拍 右“抬腿勾蹦”。

第四十五~四十八拍 右“抬腿摆”二次。

第四十九拍 右腿向前伸出，脚跟点地，左腿屈膝，身前俯。

第五十~五十二拍 右脚掌向左、右，左各碰地一次，目视左脚（见图 36）。

第五十三~五十六拍 右脚掌向右、左各碰地一次，身顺势左、右“摆笙”。

第五十七~六十拍 做三十七至四十拍对称动作。

第六十一~六十四拍 做十七至二十拍动作。

第六十五拍 做四十九拍动作。

第六十六~六十八拍 做五十至五十二拍动作。

第六十九拍 “双踩脚” 身向左微倾。

第七十拍 左腿屈膝前抬，同时右脚原地踮一次。

第七十一~七十二拍 做六十九至七十拍的对称动作。

第七十三~七十六拍 出右脚，向右转四分之一圈“三步踢”。

第七十七~七十八拍 起左脚做“一步踩”。

第七十九~八十拍 起右脚做“一步踢”。

#### 跳法

舞者若干围圆圈，左肩对圆心，捧笙者二至五人轮流，领舞者奏〔龙摆舞〕乐起，男女若干舞者向逆时针方向手拉手做“弹动步”，舞完曲止。

传授 李赛寨

编写 鲍志明

#### 4、乌鸦舞（高格朗呀克）

第一~四拍 起左脚做“弹动拖步”。

第五~八拍 起左脚做“弹动步转身”。

第九拍 左脚向左跳一步，同时“右吸腿”。

第十拍 做九拍的对称动作。

第十一拍 左脚向前跳一步，同时右腿后抬。

第十二拍 左脚向前跳一步，双脚落地“半蹲”身前俯。

第十三~十六拍 做“双脚跳”向后退跳四次。

第十七拍 左脚向左跳一步，同时向右转四分之一圈，右“吸腿”。

第十八拍 做“双脚跳”向右前方跳一次。

第十九~二十拍 起左脚做“单腿跳”。

#### 跳法

准备：舞者男女若干，围圈，左肩对圆心。一男领舞者吹笙，奏〔乌鸦舞〕，乐起做〔乌鸦舞〕动作。舞蹈时双手顺势摆动。反复多次，舞完曲止。

传授 保衣红 鲍志七

编写 鲍志明

#### 5、蟋蟀舞

第一拍 左脚向前上一步，同时右腿前抬。

第二拍 左脚原地踮一次。

第三拍 右脚收回左脚旁踩地，身前俯。

第四拍 身直起。

第五~七拍 右脚原地踩三次，身随势起伏。

**第八拍 身直起。**

**第九~十六拍 做第一至八拍动作。**

**第十七~二十拍 做第一至四拍动作。**

**第二十一拍 右脚向前上一步。**

**第二十二~二十三拍 左脚向前经左划弧于“掖腿”位（见图37）。**



图 37

**第二十四~二十五拍 右腿屈伸二次。**

**第二十六~二十八拍 左腿在右腿腘部击三次，同时右腿屈伸三次。**

**第二十九~三十六拍 做二十一至二十八拍的对称动作。**

**第三十七~三十八拍 右脚向前上一步，左脚前踢，同时右脚原地踮一下。**

**第三十九拍 左脚向前上一步，同时右脚前踢。**

**第四十拍 右脚收回“端腿”位，同时左腿屈膝。（见图38）**



图 38

**第四十一~四十二拍 做三十九至四十拍的对称动作。**

**第四十三~四十四拍 做“一步踢”动作。**

#### 跳法

**准备：一人表演。准备时双手捧笙站立。[蟋蟀舞]，音乐起做《蟋蟀舞》动作，舞蹈主要模仿蟋蟀跳、弹腿，动作敏捷。反复跳至舞完曲终。**

传授 陈革嘎  
编写 彭成芳

### 6、斑鸠舞（高格习革）

第一~八拍 起左脚，走“弹动步”。

第九拍 左脚向前一步屈膝，同时，右小腿后抬。

第十拍 右脚经右向前划弧于左脚前，同时，向左转身四分之一圈，左“吸腿”（见图 39）。



图 39

第十一拍 左脚后退一步，同时右脚擦地猛收回左脚旁，身前俯。

第十二拍 向前“双脚跳”一步。

第十三~十四拍 双脚向左、右各跳一次，顺势“摆笙”。

第十五拍 “马步”，向前跳一步，身微俯。

第十六拍 “马步”，向后跳一步，身微俯。

第十七~二十拍 做十三至十六拍动作。

第二十一拍 做十五拍动作。

第二十二~二十三拍 做十三至十四拍动作。

第二十四拍 “马步”向前跳一步，“全蹲”。



图 40

第二十五至二十六拍 “半蹲”，头向左、右各拧一次，目视左上方，顺势摆动。  
第二十七~二十八拍双膝伸直，抬头，目视前方，身微俯。（见图 40）



图 41

第二十九~三十二拍 做二十五至二十八拍动作。

第三十三~三十六拍 臀部向左、右方各顶一次（模拟斑鸠摆尾），目视左，右前方（见图 41）。

第三十七~四十四拍 重复第三十三至三十六拍动作二次。

第四十五~四十八拍 起左脚，后退四步，身顺势左、右微摆。

第四十九~五十二拍 起左脚，做“三步踩”动作。

第五十三~五十六拍 做四十五至四十八拍动作。

### 跳法

舞者若干围成三圈，领舞者“捧笙”，男舞者双手自然下垂，女舞者手肘相扣。

奏〔斑鸠舞〕乐起，舞者逆时针方向而舞，男舞者手顺势自然摆动，反复多次，舞完曲止。

传授 李岩勒

编写 鲍志明

### 7、喜鹊舞

第一~四拍 起左脚，走“弹动拖步”。

第五~八拍 起左脚，走“擦地屈伸图步”，面对圆心。

第九拍 左脚向左旁踢，同时右脚向右跳一步，身向右微倾，两手在两膀旁拍一次（模拟喜鹊拍翅膀）。

（见图 42、图 43）



图 42



图 43

第十拍 停一下。

第十一~十二拍 做九至十拍动作。

第十三~十六拍 做第九拍动作，向左跳四步。

第十七~十八拍 做九至十拍的对称动作。

第十九拍 做第九拍的对称动作。

第二十拍 做“双脚跳”同时向右转四分之一圈，身前俯。

第二十一~二十四拍 起左脚做“擦腿跳”二次。

第二十五拍 左脚向后退一步，同时向右转半圈，右腿前抬。

第二十六拍 左脚原地“小跳”一次，同时向右转半圈，右脚落于左脚旁。

第二十七拍 右脚向右方迈一步，“左腿前抬”。

第二十八拍 右脚原地“小跳”一次。

### 跳法

舞者男女人数不限，围成圆圈，双手下垂，左肩对圆心。双手随舞步自然摆动。一男领舞者吹笙伴奏，奏〔喜鹊舞〕，乐起做《喜鹊舞》动作，无限反复，舞完曲止。

传授 陈尼倒 肖岩惹  
编写 鲍志明

## 8、鸡盘食

第一~四拍 起左脚，走“弹动拖步”。

第五~八拍 起左脚，走“擦地屈伸步”。

第九~十二拍 两拍一次，右脚向前“擦腿”，擦地收回左脚旁，目视右脚（盘食状）（见图44）。

第十三~十四 拍一拍一次，右脚向前“擦腿”擦地收回左脚旁，身顺势起伏。

第十五拍 左脚向后退一步，身向前俯，臀部向左顶（模拟鸡翅膀）。

第十六拍 身直起。

第十七~二十四拍 做第九至十六拍的对称动作。

第二十五~二十八拍 两拍一次，右脚于左脚旁轻踩二次，身顺势起伏。

第二十九~三十一拍 两拍一次，右脚于左脚旁轻踩一次，身顺势起伏。

第三十二拍 向前“双脚跳”。

第三十三拍 双脚向前跳一步，同时右腿前抬。

第三十四拍 左脚原地“小跳”一次。

第三十五~三十六拍 起右脚做“一步踩”同时向右转四分之一圈。

### 跳法

众舞者围圈，左肩对圆心。一男舞者吹笙，奏〔鸡盘食〕，乐起众人做《鸡盘食》动作，手自然前后摆动，反复进行，舞完曲止。



图 44

传授 田三木块 肖三木惹  
编写 鲍志明

### 9、布谷鸟舞

第一~四拍 起左脚，走“弹动拖步”。

第五~八拍 起左脚，走“擦地屈伸步”。159

第九拍 左脚向左踩一步，同时，右“跨腿”，向右转身四分之三圈（见图45）。

第十拍 右脚落于左脚旁。

第十一~十六拍 起左脚，做“擦腿跳”动作三次。

第十七拍 左脚向前上一步，同时右腿前抬，向左转身半圈。

第十八拍 左脚原地小跳一次，同时向右转身半圈。

第十九~二十拍 起右脚，做“单腿跳”动作。

#### 跳法

舞者男女人数不限，围圈，左肩对圆心。一男舞者捧笙奏[布谷鸟舞]，乐起众人做《布谷鸟舞》动作，反复进行，舞完曲止。



图 45

传授 肖岩惹 陈尼例

编写 鲍志明

### 10、麂子舞

第一~五拍 起右脚做“弹动拖步”五步。

第六~九拍 起左脚做“擦地屈伸步”。

第十拍 左脚向前跳一步，右“小腿后抬”，身前俯。

第十一拍 右脚向后跳一步，左“吸腿”。

第十二拍 做第十拍动作。

第十三拍 左脚向前跳一步，双脚落地“半蹲”，身前俯。

第十四拍~十五拍 做“双脚跳”向左跳二次，“左横笙”目视右方。

第十六~十七拍 做第十四至十五拍的对称动作。

第十八拍 向前“双脚跳”。

第十九拍 向后“双脚跳”，身前俯。

第二十~二十一拍 做“双脚跳”向左、右各跳一次，顺势“摆笙”目视左、右方。

#### 女舞者动作

第一~五拍 起右脚做“弹动拖步”五步。

第六~九拍 起左脚做“弹动步转身”。

第十~十二拍 左脚于右脚旁跺地二次，身顺势起伏。

第十三拍 向前做“并跳步”。

第十四~十五拍 做“并跳步”向后跳二次。

第十六~十七拍 做“并跳步”向左、右各跳一次。

第十八~十九拍 做第十六至十七拍动作。

第二十一~二十二拍 起右脚做“一步踢”。

### 跳法

舞者人数不限，左肩对圆心围成圆圈，领舞者“捧笙”奏〔麂子舞〕，乐起则舞，无限反复，舞完曲止。

传授 肖嘎杰

编写 鲍志明

### 11、勾脚舞（高格空块）

第一~四拍 起左脚，走“弹动步”。

第五~八拍 起左脚，做“弹动步转身”动作。

第九~十拍 起右脚，做“一步踢”动作。

第十一~十二拍 起左脚，做“一步踩”动作。

第十三~十四拍 左脚原地踩二次，身随势起伏。

第十五拍 左脚向后跳一步，同时向图46左转身半圈，右腿屈膝后抬。

第十六拍 右“掖腿”，左腿微屈膝“送膀”。(见图46)

第十七拍 右脚向前上一步，同时，左脚擦地前踢。

第十八拍 左“端腿”(见图47)。

第十九拍 左“掖腿”，同时右腿微屈膝，“送膀”。

第二十拍 右腿伸直。

第二十一~二十四拍 做第十七至二十拍的对称动作。

第二十五拍 右脚向右跳一步，同时左脚擦地前踢。

第二十六~二十七拍 左脚向前经左划弧于“掖腿”位，右腿微屈膝“送膀”。

第二十八拍 右腿伸直。

第二十九~三十二拍 做二十五至二十八拍对称动作。

第三十三~三十八拍 起右脚、向右转身四分之一圈，走“弹动拖步”六步。

第三十九拍 右脚向右迈一步，同时左脚擦地前踢。



图 46

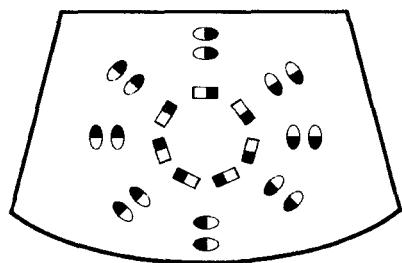


图 47

第四十拍 左脚收回右脚旁踩地。

第四十一~四十四拍 起左脚，向左转身半圈，做“三步踩”动作。

第四十五~四十八拍 起右脚，向右转身半圈，做“三步踩”动作。



### 跳法

准备男女舞者若干，围成圆圈，分为里、中、外三圈，（见场记图）男舞者双手下垂，顺势摆动，女舞者二人一对，手于腰后相拉。（见统一图）男舞者一人吹笙领舞，奏〔勾脚舞〕，乐起做《勾脚舞》动作，反复多次，舞完曲止。

传授 李岩不勒 李俄天  
编写 鲍志明

### 12、蒿子摆

#### 男舞者动作

第一~四拍 起左脚，走“弹动拖步”。

第五~八拍 起左脚，走“擦地屈伸步”。

第九~十拍 做“双脚跳”动作一次，“左横笙”。

第十一~十三拍 做“双脚跳”动作三次，“左横笙”。

第十四拍 停一拍。

第十五~十六拍 向右“双脚跳”二次，“右横笙”。

第十七拍 向右“双脚跳”一次，同时左腿旁抬，“右横笙”（见图48）。



图 48

#### 第十八拍

左腿收回右脚旁，身直起。

第十九拍 左脚向左前迈一步，向右转身四分之一圈，同时右腿屈膝后抬，身前俯。

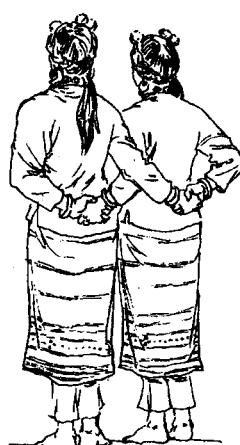
第二十拍 右脚落于左脚后，“左脚前抬”，身直起。

第二十一~二十四拍 起左脚，做“擦腿跳”动作二次。

第二十五拍 双脚向前跳一步，同时右脚前踢。

第二十六拍 右脚擦地收回左脚旁，身微俯。

第二十七~三十四拍 起左脚，走“弹动拖步”。



女舞者动作

图 49

第一~八拍 起左脚，走“弹动拖步”。

第九~十八拍 做“并跳步”动作，向前跳二次，向后跳一次，再向前跳二次，俩人背拉手（见图49）。

第十九拍 左脚向前上一步，右“小腿后抬”，身微俯（见图50）。



第二十拍 右脚落于左脚后，“左脚前抬”（见图51）。

第二十一~二十四拍 做“一步踢”二次。

第二十五拍 双脚跺地，同时，右脚前踢。

第二十六拍 右脚擦地收回左脚旁。

第二十七~二十九拍 “双脚踩”，左、右各踩一次。

第三十拍 停一拍。

第三十一~三十二拍 “并跳步”，左、右各跳一次。

第三十三~三十四拍 做二十五至二十六拍动作。

#### 跳法

男女舞者若干，围成圆圈，男舞者在里圈，女舞者在外圈，女舞者手相拉，男舞者双手自然摆动，领舞者一人“捧笙”，奏〔蒿子舞〕，反复进行，舞完曲止。

传授 杨者相 王红地 王岩满

编写 鲍志明

#### 13、往后跳（高格得开）

第一~四拍 起左脚，向前小跑四步。

第五拍 左脚向前跳一步，同时右腿后抬，身前俯。

第六拍右脚向前跳一步，同时向左碾转四分之一圈，左“吸腿”。

第七拍 左脚向后跳一步，同时右脚“擦地前踢”（见图52）。

第八拍 右脚擦地收回左脚旁。

第九~十二拍 右脚原地踩二次。

第十三~十六拍 起左脚，同时向左转四分之一圈，小跑三步，第四步右脚跺地。

第十七~二十拍 起右脚向前小跑三步，第四步左脚跺地。

第二十一~二十四拍 起右脚，同时向右转半圈，小跑三步，第四步左脚跺地。

#### 跳法

舞者若干围圈，左肩对圆心，一男舞者“捧笙”领舞，奏〔往后跳〕，随乐起舞，众

图 50



图 51

舞者双手随势自然摆动，无限反复，舞完曲止。

传授 李正明  
编写 鲍志明

#### 14、扭脚舞（高格哩也钟）

第一~四拍 起左脚，走“弹动拖步”。

第五~七拍 起左脚，走“擦地屈伸步”。

第八拍 右脚向前伸出，脚跟点地，左腿屈膝。

第九拍 右脚掌向左摆一下（扭脚）

脚掌落地（见图 52）。



图 52



图 53

第十拍 右脚掌回原位。

第十一~十二拍 做九至十拍动作。

第十三~十五拍 右脚掌向右，左，右各摆一次（图 53）。

第十六拍 向左“双脚跳”同时向左转身四分之一圈。

第十七拍 左脚向左跳一步，同时向右转身四分之一圈，右脚向左前擦地前踢，“右摆笙”。

第十八拍 右脚向右跳一步，同时左脚擦地前踢，“左摆笙”。

第十九拍 左脚向右上一步，同时向右转四分之一圈，后右“小腿后抬”。

第二十拍 左脚向前跳一步，双脚落地“半蹲”。

第二十一~二十四拍 起左脚，走“弹动拖步”。

第二十五~二十六拍 起左脚，“单腿跳”。

第二十七~二十八拍 右脚落，“一步踢”。

#### 跳法

众舞者围圈，左肩对圆心站立。一男领舞者捧笙吹奏〔扭脚舞〕，乐起做《扭脚舞》

动作。舞蹈时双手随势摆动，双脚跳时出现即兴的呼喊声使舞蹈气氛热烈，反复跳至舞完曲上。

传授 鲍尼门  
编写 鲍志明

### 15、绕膝舞

- 第一~三拍 起右脚，走“弹动拖步”。
- 第四~五拍 起左脚，“一步踢”。
- 第六~九拍 起左脚，走“弹动拖步”。
- 第十~十三拍 起左脚，做“弹动步转身”动作。
- 第十四~十五拍 右脚向右迈一步，左“吸腿”，左脚向后划圆于左方蹬直落地，同时右脚原地踮一次屈膝，目视左下方。
- 第十六~十七拍 做十四至十五拍对称动作。
- 第十八~十九拍 起右脚，“单腿跳”。
- 第二十~二十一拍 起左脚做“单腿跳”。
- 第二十二拍 右脚向右方跳一步，同时左“吸腿”。
- 第二十三拍 右脚原地小跳一次。
- 第二十四~二十五拍 做第二十二至二十三拍的对称动作。
- 第二十六~二十七拍 起右脚做“一步踢”。
- 第二十八~二十九拍 起左脚做“单腿跳”。

#### 跳法

准备动作：舞者不限围圈，左肩对圆心，一男领舞者捧笙吹奏《绕膝舞》音乐，乐起做《绕膝舞》动作，舞蹈时双手随势摆动，反复跳至舞完曲止。

传授 肖嘎解 肖天颂 肖三木块  
编写 鲍志明

### 16、转饭锅舞

- 第一拍 左脚向前上一步。
- 第二拍 右脚靠于左脚旁跺地。
- 第三拍 右脚向后退一步。
- 第四拍 向后“并跳步”。
- 第五~八拍 做第一至四拍动作。
- 第九~十二拍 起右脚做“二步跺”。
- 第十三~十六拍 起右脚，同时向右转半圈做“三步跺”。
- 第十七~二十拍 起左脚同时向左转半圈做“三步跺”。
- 第二十一~二十八拍 做第十三至二十拍动作。

#### 跳法

舞者不限，围圈，左肩对圆心站立。一男舞者捧笙吹奏〔转饭锅舞〕，乐起做《转饭锅舞》动作。舞蹈时双手顺势自然摆动，反复进行，舞完曲止。

传授 王罗砍

编写 鲍志明

### 17、凑火舞

第一~四拍 起左脚，“三步踩”，手顺势前后微摆。

第五~八拍 起右脚，向后退四步，身顺势左、右微摆，同时男舞者双手于胸前拍掌四次，女舞者双手在两胯旁拍四次（图 54）。

第九~十拍 起左脚，走“弹动步”，双手顺势前后微摆。

第十一~十二拍 向前“并跳步”二步，同时男舞者双手于胸前拍掌二次，女舞者双手在两胯前拍二次，身前俯。（见图 55）



图 54



图 55

### 跳法

众舞者围圈，面对圆心站立。一男舞者吹笙领舞，奏〔凑火舞〕，乐起做《凑火舞》动作，反复进行，舞完曲终。

传授 彭尼倒 彭老大 彭大青

编写 鲍志明

### 《芦笙舞》

执行编辑 王世雄 鲍志明 彭成芳

绘 图 刘永根

# 打 歌

## (一) 概 述

佤族民间的婚丧嫁娶，重大节日集会，闲暇之日都喜欢唱歌。打歌是一种适应性较强的舞蹈，它不受地点，场合、人数多少的限制，其特点就是载歌载舞。它以热烈，洒脱的舞步变化，以激昂、欢愉的领唱合唱，以节奏分明的器乐伴奏来表现人们生产、生活的欢乐之情。阿佤人说：“安哎稿安永地领，安哎给安永地提”（不打歌不得笑，不唱调不好玩）。

在沧源，普遍流传着“达赛玛”的故事，说他创造了“孤儿舞”，推行以歌舞代替砍头祭祀，阿佤人才逐步兴起打歌。特别在“惹岛”节（播种节），全寨男女要围着火塘打歌互相祝福，祈求来年风调雨顺、五谷丰登。一人领唱，众人附和，唱词大意为：“达赛玛教我们唱歌，教我们跳舞，我们的舞就一直没有间断，阿达（即爷爷）来耕地，阿奶来播种，我们盼兴旺，我们庆丰收。让阿佤人的儿女象麻雀一样多，让阿佤人的寨子象鹦鹉一样热闹……”等等之类。

传说中的达赛玛自幼失去父亲，母子二人投奔其舅舅，舅舅是一个佤族部落的头人。达赛玛自幼聪明，七、八岁时就上山割马草。他生性好动，到山上看到什么就学什么动，野猫跳、小兔跑、蒿子摆、树叶摇、学什么象什么。回家来，就帮助做家务，学什么会什么，做完活还要模仿各种劳动动作比划。天长日久，鸟兽奔跑，劳动生活，各种动作被他模拟得形态逼真。后来，仙人送给他一支芦笙一支竹笛，并教他如何吹，达赛玛就用笛声和笙声来模拟鸟兽的叫声和人们劳动时发出的响声，由此产生了各种舞蹈音乐。

母亲和舅舅去世后，达赛玛成了孤儿。那时候，佤山砍头祭祀十分盛行，部落械斗时有发生，加上连年灾荒，佤山到处都有孤儿流浪。每逢节日，无家可归的孤儿们聚集一起，沿村乞讨，十分凄惨。达赛玛见此情景，并吹起笙、笛，领着村人和孤儿们唱唱跳跳，人们不断呼喊：“哎哈！哎哈！克饶管对，嗯哎哈哎恩哎哈！”（孤儿跳啊孤儿跳，孤儿孤儿莫悲伤），孤儿舞并由此产生。孤儿舞不仅给孤儿带来安慰，也唤起了人们的同情心，达赛玛由此受到启发，并开始用舞蹈形式来宣传砍头祭祀，部落械斗的害处，推行以歌舞代替砍头祭祀的主张。

达赛玛四处游说，编舞教舞，许多部落接受了达赛玛的主张，开始用歌舞形式来代替砍头祭祀，或是以动物的头颅来代替人头，各个部落逐渐人丁兴旺、粮食丰收，竹楼越盖越好，裙子越穿越漂亮。达赛玛由此受到了佤族人民的爱戴，所到之处，人们呼喊着“赛玛背劳来”（达赛玛了不起），唱歌跳舞。各个部落的舞越跳越热闹，歌越唱越动人。

据说达赛玛在晚年时，一只乌鸦为他叼来两个青树果，达赛玛把它种在南腊的南景班

中寨以及下海牙，现在这两棵青树长得枝叶繁茂。如今佤族村寨都喜欢种青树，为的就是纪念达赛玛。在信奉达赛玛的地区，每户人家都在室内设一个“力苦”位，力苦就是达赛玛的姓，意思是给达赛玛睡的床，每逢节庆，人们献上贡品，以祈求五谷丰登。

打歌的伴奏乐器有三弦、笛子、芦笙、毕颂、独弦琴、德、截等，有的地方还用谷杆做成箫吹奏。可以用一种乐器伴奏，也可以用多种乐器伴奏，各地各村寨并不相同，但大多以三弦、笛子、芦笙为主。三弦、笛子、口弦和不戴帽的芦笙据传是大理人达董包到佤山传教时带来的。据说那时佤山砍头祭谷之俗盛行，达董包来后说：“你们这样砍人头，迟早要把自己的兄弟姐妹杀光，以后不要再砍了，由我教给你们唱歌跳舞，谷物照样会长得好”，于是达董包就教给人们弹琴吹笙，从此这四种乐器就在佤山流传下来。

这个传说虽不可靠，但它说达董包是大理人，且三弦、笛子、口弦也是白族人民流行的民间乐器，由此看来，佤族弦笛的产生与各民族文化交流可能有一定关系，民族迁徙，商贾往来，都可能促成这种文化的交流。佤族群众还说：三弦的三根弦是一家人，内弦是母亲，中弦是父亲，外弦是儿子，这一家人要处得好（即弦要调得合），才能弹得出好声音来。

佤族“毕颂”是一种竹制乐器，类似直箫，这种直箫一般用金竹制成，它和其他竹箫不同之处是只有五个孔，由“1、2、6”三个音组成，它是佤族比较古老的乐器之一。

佤族打歌伴奏者往往就是领舞者，舞者大多成双成对，或围圈而舞，或面对面站成两排，或男女围成内外两圈跳转。舞者或拉手、或扣手、或挽手、或摆手，变幻自如。每每跳到兴起，则一人唱众人合，或几人唱众人呼喊，喊声为“嗯哎，哈哎，嗯哎哈！”（大家跳呀大家跳），或“撒尧哎！”呼喊声合着节奏，节奏规范着舞步。歌声、呼声、跺脚声与各种伴奏乐器声混成交响，汇成欢愉、热烈、群情振奋的壮观场面，任何人身临其境，都会禁不住随之而舞。

打歌的动作与芦笙舞一样，以模拟鸟兽动物，模拟劳动生产的舞蹈为甚。无论是走、跑、跳、踩、踢、踏、抬、踮或是转、摆都比较灵活。身的俯仰、手的摆动均顺势进行，自然和谐，动作幅度因人、因势、因舞而异。男舞者多为大跨大跳。显示其豪放刚毅，女舞者潇洒灵活，较为朴实大方。

由于多年来各民族文化的相互交流，佤族打歌同样也受邻近其他民族的舞蹈影响，不断地吸收兄弟民族的优秀舞蹈，使许多打歌动作带有多民族文化融合的特点。诸如沧源的“直歌”、“穿花”、“阿妹跳”、“倒置歌”、“三摆手”、“喂猪歌”、“跳脚歌”等，与镇康、永德的彝族、德昂族打歌大同小异；凤庆的“翻身歌”、“对脚歌”、“小半翻”、“趨两趨”、“赶街歌”、“作揖歌”、“焦不死歌”、“树林荫荫鹧鸪叫”等，更是与当地彝族打歌一模一样。同样，同一种舞蹈，在不同的佤族地区会演变为不同的跳法，诸如“孤儿舞”，沧源的跳法与耿马的跳法就不一样，唱段和音乐也不同，即使在沧源，不同的佤族村寨也会跳出不同风格的“孤儿舞”。可谓一山一种舞，一村一个调，充分体现了打歌舞蹈动作的随意性。

（王世雄）

## (二) 音乐

## 说 明

《打歌》的乐器伴奏由笛子(佤笛),小三弦、独弦琴、葫芦笙组成。这几种佤族民间乐器伴奏则分别在每个舞蹈节目中,单独为某一个舞蹈伴奏,音乐声中加入喊声、旋律轻快、跳跃、节奏性强。笛子、毕颂、小三弦、芦笙均为边吹(弹)边舞。独弦琴则有一名男舞者演奏,为舞伴奏,旋律抒情优美。

## 曲谱

## 沧源孤儿舞

(佤笛伴奏)

1=♯ G 2/4 ♦ = 50

欢快跳跃地

传授 鲍正荣  
记谱 李岳

(呼 喊) (嗯 哎 哈)  
 (嗯 哎 哈) (嗯 哎 哈) (嗯 哎 哈)  
 (嗯 哎 哈) (嗯 哎 哈) (嗯 哎 哈)  
 (嗯 哎 哈) (嗯 哎 哈) (嗯 哎 哈)  
 高格管对哎, 高格管 对, 嗯哎哈哎嗯哎哈。

## 呼喊大意

孤儿跳啊孤儿跳

嗯哎哈哎嗯哎哈

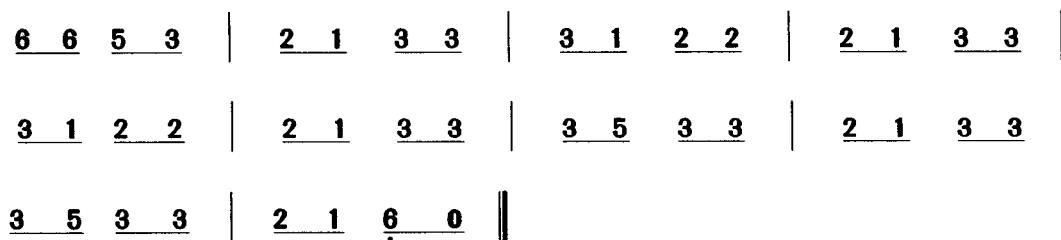
## 跳脚歌

(小三弦)

1=♯ E 2/4 ♦ = 124

有力欢快地

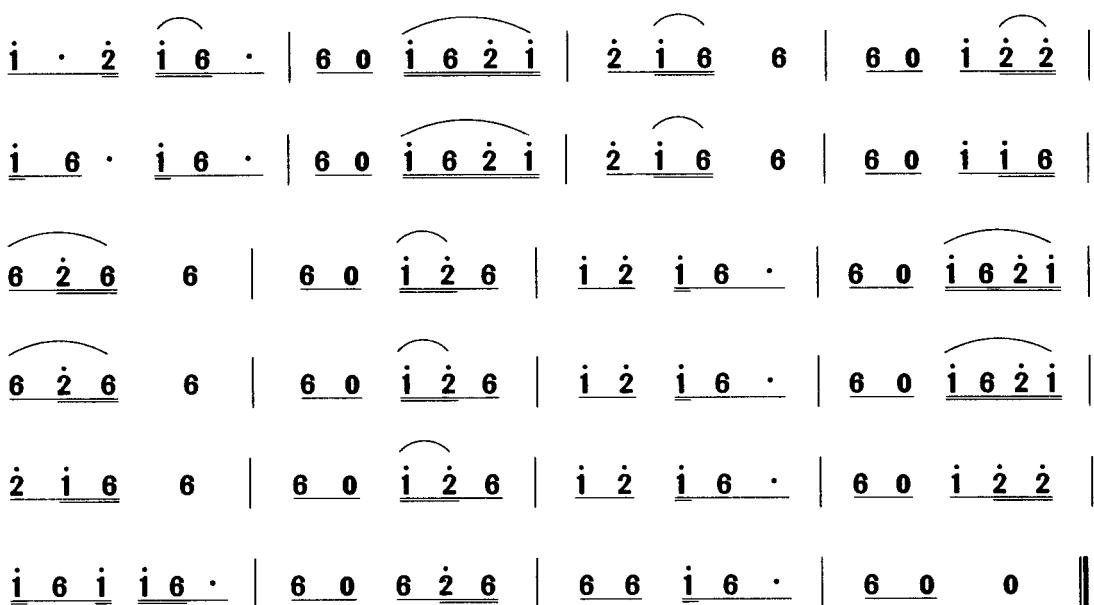
传授 李学军  
记谱 鲍志明



## 毕 倾 舞

1=F 2/4 ♦ = 64

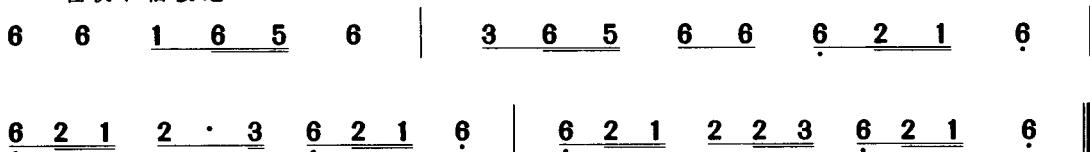
欢乐跳跃

传授 陈沐倒  
记谱 鲍志明

## 西 盟 对 脚 舞

1=F 4/4 ♦ = 100

轻快、活泼地



## 凤庆对脚歌

(小三弦)

1=E 2/4 ♪ = 108

传授 杨照发  
记谱 字光亮

The musical score is a series of ten lines of traditional Chinese musical notation for the 'Xiao Sanxian' (Three-string Banjo). Each line begins with a measure containing a '6' followed by a dotted '6'. The notation uses horizontal lines to represent pitch and vertical lines to represent rhythm. Measures are separated by vertical bar lines. The score concludes with a double bar line at the end of the tenth line.

译词 2、忍泥忍耐忍忍哟，忍泥忍来忍人音。

译：男女老幼都参加了，共同歌舞多欢快。

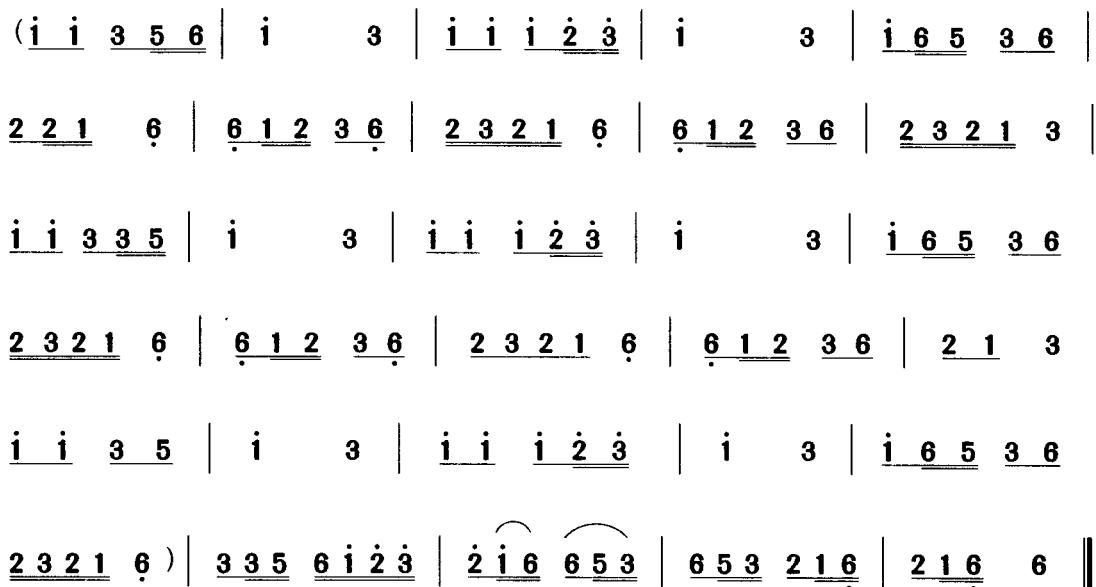
3、罢来永永罢来永，罢来永永罢来永。

译：歌声阵阵满山寨，人人歌唱新生活。

## 八 跺 脚

( 佤笛伴奏 )

1=F 2/4 ♦ = 60

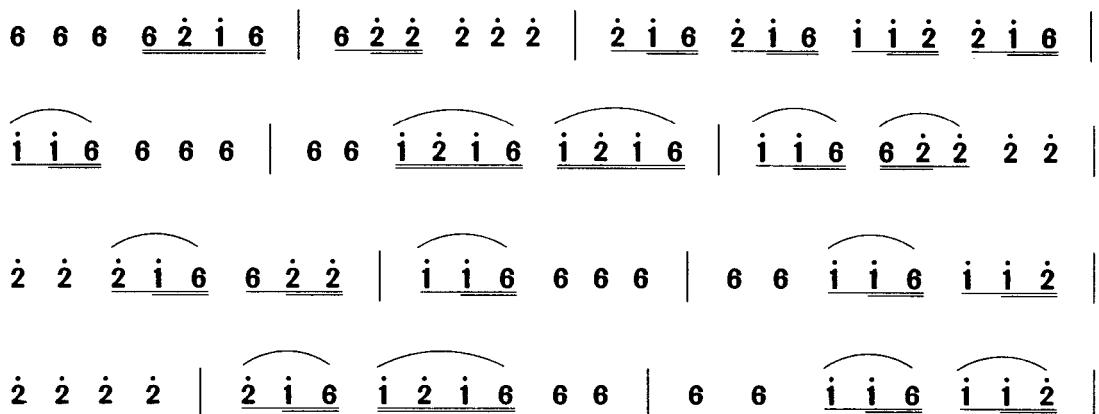


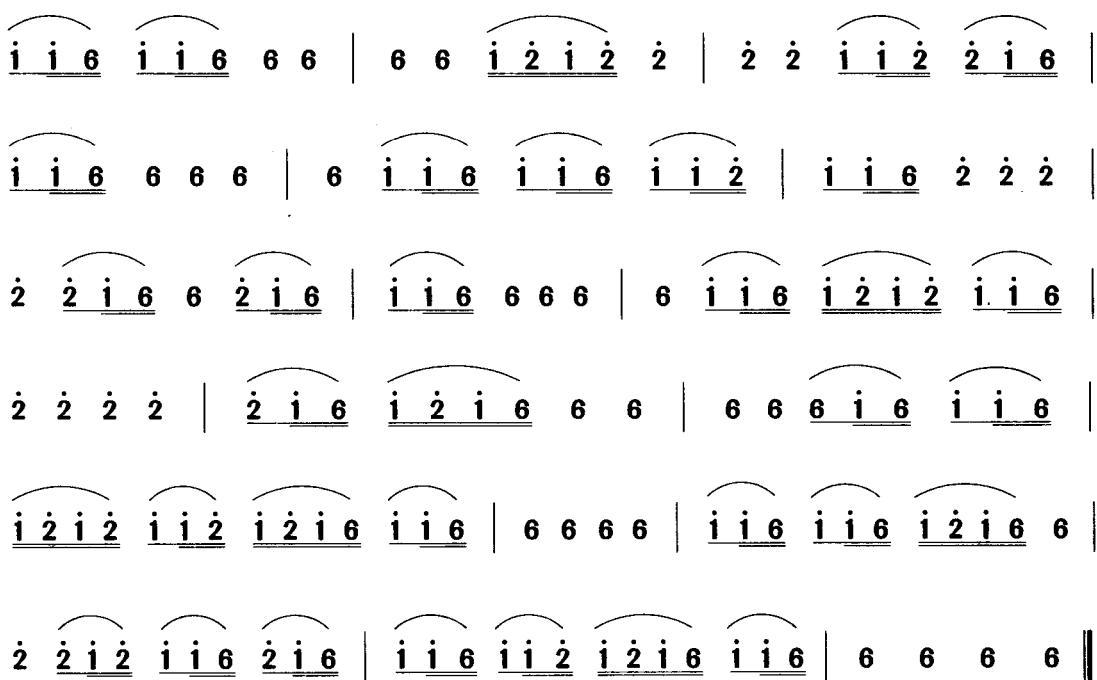
## 对 穿 花

( 独弦琴伴奏 )

1=G 4/4 ♦ = 60

抒情优美



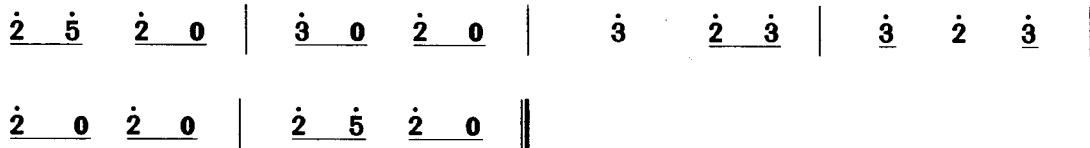


## 跳 虎

(芦笙伴奏)

1=♩ B 2/4 ♩ = 100  
有力地

记谱 蒋斌武

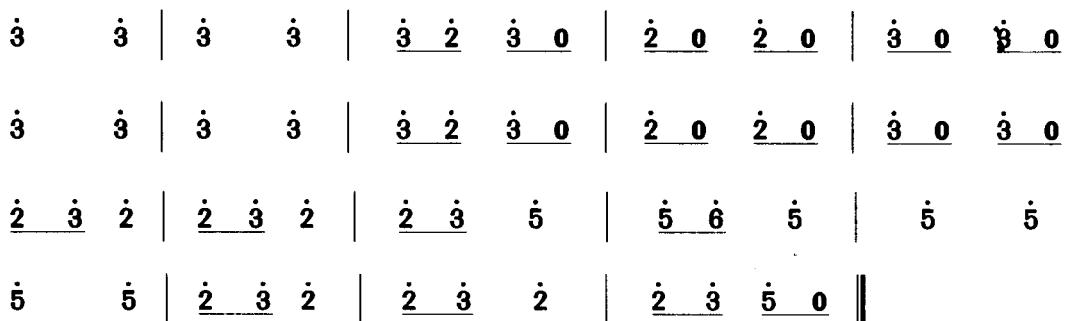


## 跳 柯 哎

(芦笙伴奏)

1=♭ B 2/4 ♦ = 100

记谱 蒋斌武

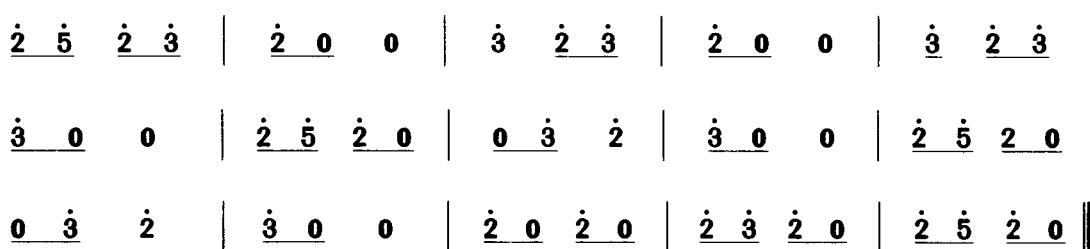


## 跳 乃

(笛子伴奏)

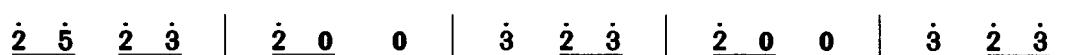
1=♭ B 2/4 ♦ = 100

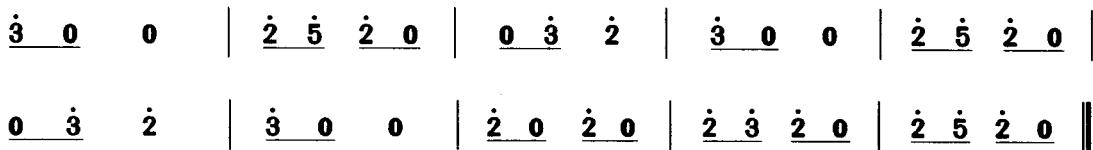
记谱 蒋斌武



## 跳 布 朗 缅

1=♭ B 2/4 ♦ = 100

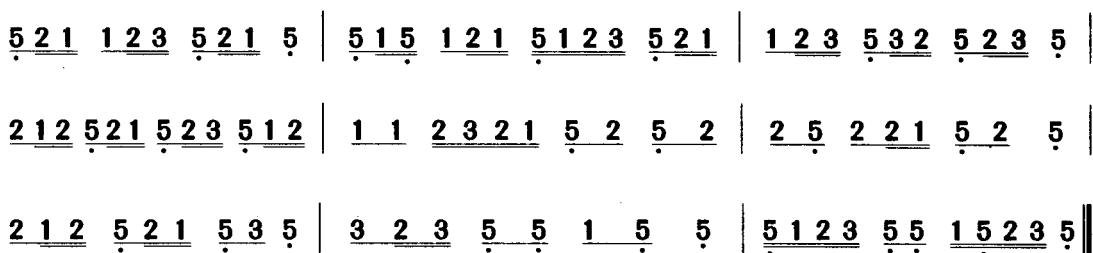
传授 尹艾茸  
记谱 蒋斌武



## 磕 膝 盖 歌

1=  $\text{F}^{\#}$  4/4  $\downarrow = 60$ 

稳健，浑厚地

传授 陶老三  
记谱 方智明

## (三) 造型服饰道具

造型



男青年



女青年

### 服饰（打歌服饰可着一般生活装，以下几种为例）

**沧源男青年** 缠红麻毡包头，间有黑色条纹双耳戴环。脖有项圈。穿黑色无领短袖对襟衣。腕戴手镯。系蓝色腰带，穿黑色摆裆裤，裤腿宽且短。

**耿马男青年** 缠黄色布包头。双耳戴环，脖有项圈。黄色长袖无领大襟衣。黄色摆裆裤，裤腿短且宽，系红色腰带。

**沧源女青年** 戴头箍长发，双耳戴环，有三角形耳坠，脖戴铝项圈，坠有数条银链（或铝链），黑色无领短袖衣，胸有银泡装饰。臂戴铝箍，腕戴手镯。下身着褚色裙，稍短，裙角有土黄、黑、青、红、白等各色条纹，均以土黄色细条纹相间。系红腰带，膝下有黑底板红色花纹裹腿。

**耿马女青年** 戴头箍披长发，双耳坠环，项圈稍宽，上着黄色无袖无领大襟衣稍短，黑布纽扣三个，臂戴篾箍数圈，腕戴手镯，系黄色腰带，有黑色篾制腰圈数个。黄色短裙黑色镶边，黄裹腿黑色边。

### 道具

三弦、笛子、毕颂、芦笙、独弦琴、德、口拜、戳（均见“统一图”）。

## （四）动作与跳法说明

### 道具执法



执佤笛



执毕颂



执三弦



执口弦



执独弦琴



执德

### 1、孤儿舞

#### 动作一（沧源）

第一拍~二拍 左脚向左方迈一步，同时右脚向左前方踢出，双手向前摆。

提示：每一拍双手向前甩动一次。（第一、二拍也可迈一步，靠一步）第三~四拍做第一至二拍的对称动作。

第五拍 左脚向左前方上一步，同时向左转四分之一圈，右脚向左前方踢出，双手向前甩。（男女交换位置）（见图 56）。

第六拍 右小腿后抬，同时向右转四分之一圈，双手向后甩。

第七拍 右脚于左脚旁跺地，双手拍臀部两侧一次（见图 57）。



图 56



图 57

第八拍 保持原姿态停一拍。

第九拍 右脚向右迈一步，同时左脚向右前踢出，双手向前甩。

第十拍 左小腿后抬，同时向左转四分之一圈，双手向后甩。

第十一拍 左脚于右脚旁踩地，双手拍臀部两侧一次。

第十二拍 保持原姿态停一拍。

### 动作二（耿马）

第一拍 前半拍右脚向前跳一步，后半拍左脚踏于右脚旁。

第二拍 右脚向前踏一步，同时向右转半圈，左脚前踢。

第三拍 前半拍左脚向前跳一步屈膝，后半拍右脚踏于左脚旁。

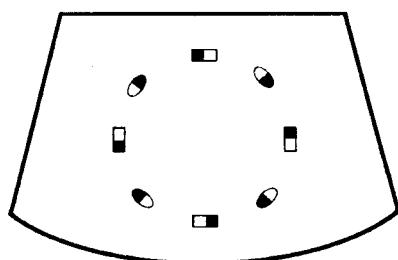
第四拍 左脚向前跳一步，同时向左转半圈，右脚前踢。

第五拍 右脚向前跳一步，同时左脚前踢。

第六拍 左脚踏于右脚旁，同时右脚前踢。

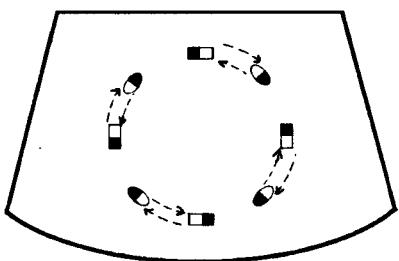
### 沧源孤儿舞跳法

男女舞者交叉站成圆圈，男面对顺时针方向，女面对逆时针方向，二人一对面对面站立。一男舞者吹笛子伴奏。男女动作相同，各向自己的方向跳，反复跳至舞完曲止。



音乐【孤儿舞】曲一

[1] ~ [2] 二人面对面跳。



[3] ~ [6] 交换位置与下一个舞伴对跳。

传授 鲍正荣 赵嘎傣

编写 彭成芳 王飞

## 2、跳脚歌（沧源）

第一拍 左脚向左方跺一步，同时右“吸腿”。

第二拍 左脚原地小跳一次。

第三拍 右脚向前蹬，同时左腿屈膝。

第四拍 左脚原地踮跳一次，右腿收回“吸腿”位（见图 58）。



图 58

第五～八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九～十拍 左脚向左前方跳一步，右“吸腿”。

第十一～十二拍 右脚向右侧蹬，左脚原地踮跳一次屈膝（见图 59）。



图 59

第十三～十四拍 右脚向左前方跳一步，左“吸腿”。

第十五～十六拍 左脚向左侧蹬，右脚原地踮跳一次屈膝。

第十七～十八拍 左脚向前跳一步，同时向右转半圈，右“吸腿”。

第十九～二十拍 右脚向前蹬，左脚原地踮跳一次屈膝。

第二十一～二十二拍 右脚向右方跳一步，左“吸腿”。

第二十三～二十四拍 左脚向前蹬，右脚原地踮跳一次屈膝。

第二十五～二十六拍 左脚向左方跳一步，右脚前踢。

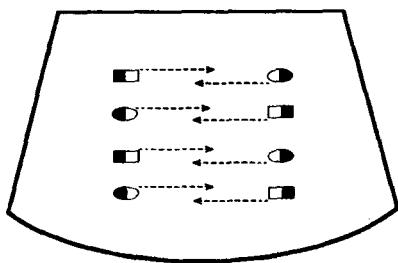
第二十七～二十八拍 右脚擦地收回左脚旁。

第二十九拍 停一拍。

### 跳法

舞者不限，男女交叉面对面站成两个直排。男舞者弹奏小三弦，女舞者双手顺势摆

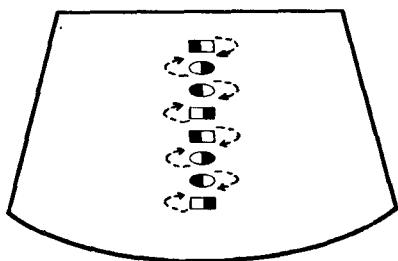
动，反复多次，舞完曲止。



音乐 【跳脚歌】

[1] ~ [4] 原地跳。

[5] 向前跳



[6] ~ [8] 成一直排跳。

[9] 左脚向前上一步，向右转半圈，  
交换位置。

[10] ~ [14] 原地跳。

传授 李学军 龙小大

编写 鲍志明

### 3、毕颂舞（高格毕颂）（沧源）

第一~十六拍 起左脚做“弹动进退步”  
两次。

第十七~十八拍 起左脚做“弹动步”。

第十九拍 左脚向前，上一步，同时右腿  
后抬，身前俯（见图 60）。



图 60



第二十拍 起左脚向前做“单跳双落”半蹲（见图 61）。

图 61

第二十一~二十四拍 出左脚，向后退四步，身随势左右微摆。

#### 跳法

准备动作：舞者不限，拉手围圈，面对圆心，一男舞者在圆心内吹奏《毕颂舞》音乐，乐起做《毕颂舞》动作，舞蹈时双手前后微摆动，反复多次，舞完曲止。

传授 陈三木倒 钟三木倒  
编写 鲍志明

#### 4、对脚歌

##### 西盟对脚歌

第一~二拍 右脚向前踩一步，左脚向右前方踢出。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 向前“并跳步”一步，左腿前抬，二人脚掌相击（见图 62）。



图 62

#### 跳法

准备：舞者若干，男女交叉面对面围圈，男面对顺时针方向，女面对逆时针方向，男舞者一人用佤笛吹奏《对脚歌》，乐起做《对脚歌》动作。男女动作一致，舞蹈时双手向

前后小摆动，反复跳至舞完曲止。

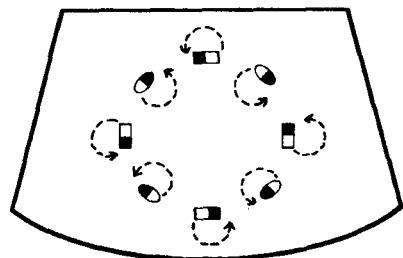
传授 岩三木 岩产朵  
编写 高立旗

### 凤庆对脚歌：

- 第一~二拍 起左脚向前上二步。
- 第三拍 左脚向前踩一步，同时右“吸腿”。
- 第四拍 左脚原地小跳一次。
- 第五~六拍 起右脚原地踏二步。
- 第七~八拍 左脚原地踏地二次，同时向左转半圈。
- 第九~十拍 做第七至八拍对称动作。
- 第十一~十二拍 做第三至四拍动作。
- 第十三~二十拍 做第五至十二拍动作。
- 第二十一~二十二拍 起右脚向后退二步。
- 第二十三~二十四拍 做第三至四拍的对称动作。

### 跳法

准备动作：舞者围圈，男女交叉，二人一对，面对面站立，男舞者面对顺时针方向，女舞者面对逆时针方向。一男领舞者持笙或三弦伴奏，第三拍开始，舞蹈时双手顺势前后摆动，反复多次，舞完曲止。



### 音乐【对脚歌】

- [1] ~ [3] 二人面对面跳。
- [4] ~ [6] 向左转半圈与另一舞伴成对跳。
- [7] ~ [12] 向左转半圈与另一舞伴成对跳。

编写 杨滋荣

### 5、八踩脚（西盟）

第一拍左脚向前跨踩一步，同时向右转四分之一圈送左胯，身向右倾（见图 64），左手前甩，右手往后摆。



图 64

- 第二拍 左腿前吸，左手往后摆，右手向前甩。
- 第三~四拍 左脚向左方跺一步送左胯，手和上身动作同第一二拍。
- 第五~七拍 左脚向前跺三次，同时右腿屈伸三次，双手顺势前后小甩动。
- 第八拍 左脚靠拢右脚。
- 第九拍 左脚向左方跺一步，同时向左转四分之一圈，双手向前甩。
- 第十拍 右脚靠拢左脚跺地，双手向后甩。
- 第十一拍 右脚向后退一步。
- 第十二拍 左脚靠拢右脚跺地。
- 第十三拍 左脚向右前方上一步，同时向右转四分之一圈。
- 第十四拍 右脚向前上一步。
- 第十五拍 左脚向后退一步，同时向左转四分之一圈。
- 第十六拍 右脚靠拢左脚。
- 第十七~二十拍 做第十三至十六拍动作。

#### 跳法

准备：舞者若干，围圈，面对圆心站“八字步”双手自然下垂，一男舞者用低笛和德伴奏《八跺脚》，乐起做《八跺脚》动作，无限反复，舞完曲止。

传授 岩 养 岩 勇 勒  
编写 高立旗

#### 6、对穿花（西盟）

第一拍 右脚向右方迈一步左脚靠拢右脚双脚跟离地，同时向左“双晃手”后向右前方推出（见图 65）。

第三~四拍 做第一至二拍动作。

第五~八拍 双脚并拢“半蹲”臀部向右摆，右手按于臀部右侧，左手半握拳屈肘抬于左上方（见图 66），双脚原地向右跳转一圈，跳一次转四分之一圈。

第九~十二拍 做第五至八拍的对称动作。



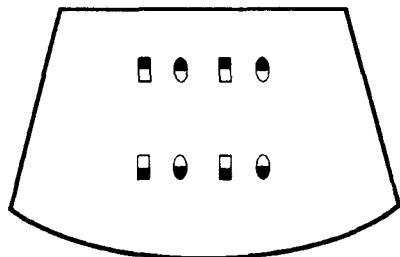
图 65



图 66

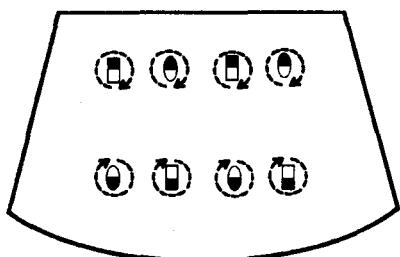
**跳法**

舞者若干，“小八字步”站成两横排，左臂屈肘抬于胸前，右臂屈肘抬于右前方，“立掌”，做“对穿花”动作，无限反复，舞完曲止。

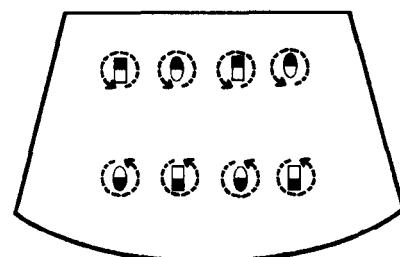


音乐【对穿花】

[1] ~ [2] 原地跳。



[3] ~ [4] 原地向右跳转圈。



[5] ~ [6] 原地向左跳转圈。

传授 岩三傣 岩板来  
编写 高立旗

### 7、跳虎（耿马）

第一拍 右脚向前上一步。  
 第二拍 起左脚向前快走二步。  
 第三~五拍 起左脚向前走三步。  
 第六拍 起右脚向前快走二步。  
 第七~八拍 右脚向前上一步，同时向左转四分之一圈，左脚向前踢出擦地收回右脚旁。

第九拍向前“并跳步”落地时左脚在前，右脚在后“半蹲”身微俯（见图 67）。



图 67

第十拍 右脚靠拢左脚，身直起。  
 第十一~十四拍 两拍次，做第九拍动作二次，第二次落地时右脚在前，左脚在后。  
 第十五~十六拍 身直起，右脚向右方迈一步，同时向右转四分之一圈，左脚向前踢出后擦地收回右脚旁。

#### 跳法

准备动作：舞者围圈，面对逆时针方向，领舞者吹笛子伴奏，起《跳虎》音乐，乐起做《跳虎》动作，舞时双手随势前后摆动。

编写 鲍凤珍

### 8、跳柯哎（耿马跺脚歌）

第一~三拍 起左脚做“弹动步”。  
 第四拍 右脚由前经右划弧，靠于左脚旁，同时向左转四分之一圈。（见图 68）



图 68

第五拍 左脚向后退一步，双膝弹动，右肩向前摆，面向左方。  
 第六拍 右脚向后退于左脚旁，双膝弹动，身转正。  
 第七拍 右脚向后退一步，同时左腿前抬。  
 第八拍 右脚原地踮一次，左脚擦地收回。

- 第九拍 左脚向前上一步屈膝，右腿后抬身前俯。
- 第十拍 右脚向后退一步屈膝，左腿前抬身直起。
- 第十一~十二拍 左脚于右脚旁踩二次，身随势起伏。
- 第十三~十四拍 做第九至十拍动作。
- 第十五拍 左脚向右前方上一步，同时向右转四分之一圈。
- 第十六拍 右腿向后划弧靠于左脚旁，同时向左转四分之一圈。
- 第十七拍 左脚向后退一步，右脚前踢。
- 第十八拍 左脚原地踮一次，右脚擦地收回左脚旁。
- 第十九拍 右脚向前上一步屈膝，左腿后抬、身前俯。
- 第二十拍 左脚向后退一步，右腿前抬，身直起。
- 第二十一~二十二拍 做第十九至二十拍动作。
- 第二十三~二十四拍 右脚于左脚旁踩地一次。
- 第二十五~二十六拍 做第十九至二十拍动作。
- 第二十七拍 右脚向右方迈一步，向右转四分之一圈，
- 第二十八拍 起左脚向前快走二步。

#### 跳法

准备动作：舞者围圈，面对逆时针方向，一男领舞者吹笛子伴奏，起《跳柯哎》音乐，乐起做《跳柯哎》动作，舞时身随势自如摆动，双手前后微摆，无限反复，舞完曲止。

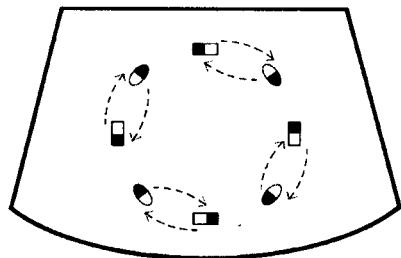
编写 王 飞 鲍凤珍

#### 9、跳乃（耿马穿花歌）

- 第一拍 右脚向前上一步屈膝，同时左腿后抬，身前俯。
- 第二拍 左脚落回原位，身直起。
- 第三~四拍 同第一至二拍动作。
- 第五~六拍 右脚向右方迈一步，同时左脚向右前踢，右脚原地踮一次。
- 第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。
- 第九~十拍 做第一至二拍动作。
- 第十一~十二拍 做第五至六拍动作。
- 第十三拍 左脚向前上一步屈膝，身前俯。
- 第十四~十六拍 做“并跳步”三次，与舞伴交换位置。

#### 跳法

舞者围圈，男女交叉面对面站立，男面对逆时针方向，女面对顺时针方向。一男舞者吹佤笛伴奏。舞蹈时双手随势前后微摆动，反复跳至舞完曲止。



音乐【跳乃】

[1] ~ [6] 原地跳。

[7] ~ [8] 男女交换位置与另一舞伴对跳。

编写 王飞 鲍凤珍

### 10、跳布朗舞

第一拍 右脚向右方迈一步，同时左腿稍起。

第二拍 右脚原地小跳一次，同时左脚落于右侧双脚交叉“半蹲”（见69图）。



图 69

第三~四拍 做第一至二拍对称动作。

第五拍 右脚向右方迈一步。

第六拍 左脚向后经左划弧于右脚旁，同时向右转半圈双腿屈膝。

第七~八拍 右脚向后退一步，同时左脚前踢，右脚原地踏一次。

第九~十拍 做第三至四拍动作。

第十一~十二拍 做第一至二拍动作。

第十三~十六拍 做第五至八拍对称动作。

#### 跳法

舞者围圈，面对圆心，舞时手随势前后摆动。

编写 王飞 鲍凤珍

### 11、膝盖歌（鲁咯列咯鲁我）

第一~四拍 起左脚做“弹动步”。

第五拍 左脚原地踏一步，同时向左碾转四分之一圈，右“小腿后抬”。

第六拍 右脚落于左脚旁。

第七~八拍 左脚向左迈一步屈膝，右腿屈膝半跪（见图70）。

第九拍 右脚向右方迈一步，同时向右碾转半圈，左“小腿后抬”。

第十拍 左脚落于右脚旁。

第十一~十二拍 做七至八拍的对称动作。

#### 跳法

舞者不限，围圈，左肩对圆心。一男舞者吹笙领舞，奏《膝盖歌》音乐，乐起做《膝盖歌》动作，舞蹈时双手自然的顺势摆动，反复进行，舞完曲止。



图 70

编写 方志明 罗成英

---

#### 《芦笙舞》

执行编辑 王世雄

彭成芳

鲍志明

绘 图 刘永根

# 青年舞

## (一) 概述

“青年舞”佤语称“高格西诺底”，是青年男女用来娱乐、寻偶的一种舞蹈形式。不论季节，不论场合，每每在明月之下青年男女吹笙弹弦会集一起，以舞蹈形式来寻觅意中人，一对情侣一旦爱心萌发，便挽手悄悄离开舞场，互赠信物，细说情话。信物多为手镯、梳子、筒帕之类，情话便是那聊聊我我的缠绵之词，女的还要为意中人梳头，其情意也就融在其中。

流行在沧源的青年舞有“三弦舞”、“口弦舞”等。“三弦舞”就是有小三弦弹唱的舞，“郎弹弦子妹来合”一般是男弹小三弦领舞，女合着节奏交叉与之对舞，男女配合默契，舞步和谐自然。“口弦舞”就是弹着竹篾口弦跳的舞，口弦男女都可弹，口弦依靠手的弹动发出响声，再通过嘴的张合产生不同音阶与共鸣，给人以悠娴迷人之乐感。“青年舞”一般都是男女成对，面对面地跳，种种情意尽在舞步和眼神中交流，加上明月银辉，使之更添几多柔情。

青年舞的舞步比较轻盈柔和，以“走步”、“弹动”、“小跳”、“抬腿”、“转身”、“拧身”动作多，走则情意缠绵，踩则刚中有柔，合以抒情，悠扬的舞蹈音乐，给人一种甜、柔、轻的美感。

在西盟莫窝、中课一带还流行着一种叫《毯子舞》的青年舞，其舞也不分时节，场合，男女青年在明月下取乐便跳。跳《毯子舞》需五人，男女均可，把两块棉毯或自织背巾布折成条块，搭成一十字打结加固，一人位于中间坐在“十字架”上，其余四人双手合拉住棉毯一端，边唱边跳，无乐器伴奏。动作主要有跺步、扭身。有时众将“十字架”上坐的人抛向空中，高举双手鼓掌，要求相互配合紧密，中坐者跃起越高越有趣。此舞在西盟王贡一带又称之为“诸雷嗨”。意为死人时唱跳的舞，为民间祭奠舞蹈，但较多的地方为自娱性青年舞。

青年舞既为青年男女娱乐，寻偶之舞，年长者一般就不涉入，不同辈者也就不对舞。

(王世雄)

## (二) 音乐

### 说明

《青年舞》音乐由器乐曲和演唱曲两个部份组成，乐器由佤族民间乐器笛子、口弦、

小三弦组成，此三种乐器分别在每个舞蹈节目里为舞伴奏，边吹（弹）边舞。演唱曲无乐器伴奏，边唱边舞。旋律亲切优美，轻松喜悦

## 曲谱

## 三弦舞（高顶）

(佤族小三弦)

1=A ♩=54

亲切优美

传授 赵沐惹  
记谱 鲍志明

## 口弦舞

1=C 2/4 ♩=120

愉快地

传授 肖尼勤  
记谱 鲍志明

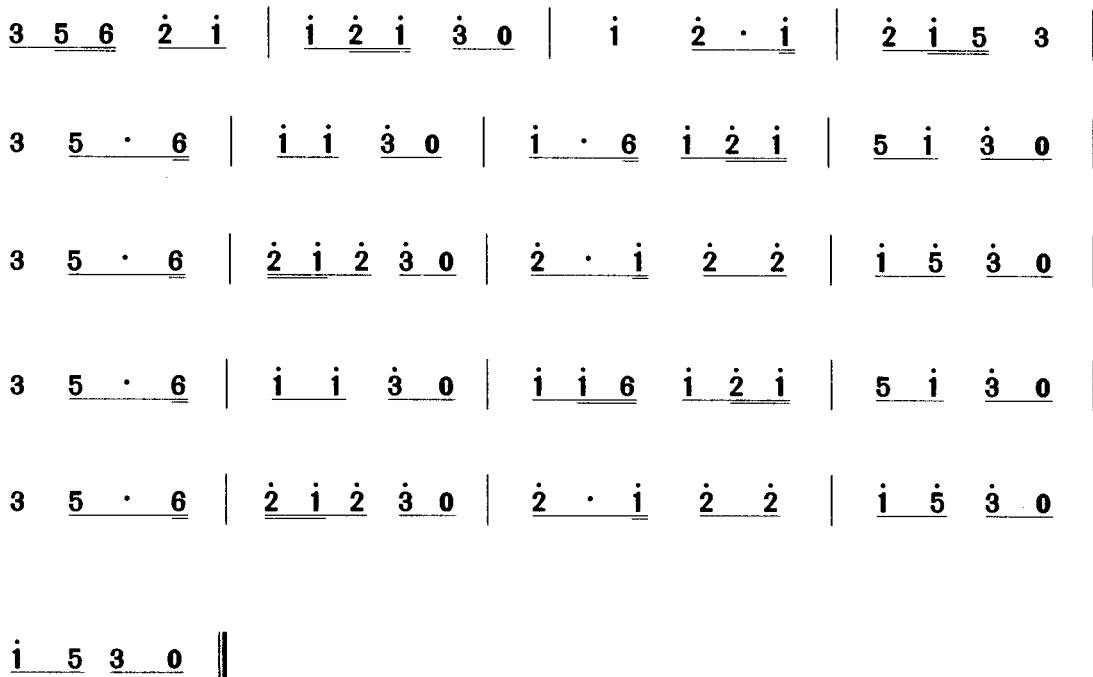
## 青年舞

(佤笛伴奏)

1=b B 2/4 ♩=96

轻松喜悦地

传授 田岩块  
记谱 鲍志明



## 毯 子 舞

1=G 2/4 ♦ = 42

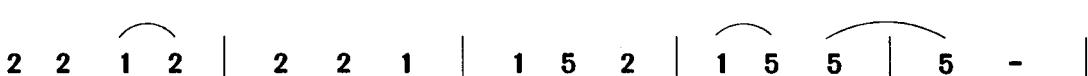
记谱 李云昌  
配歌 高立旗

抒情歌倾地



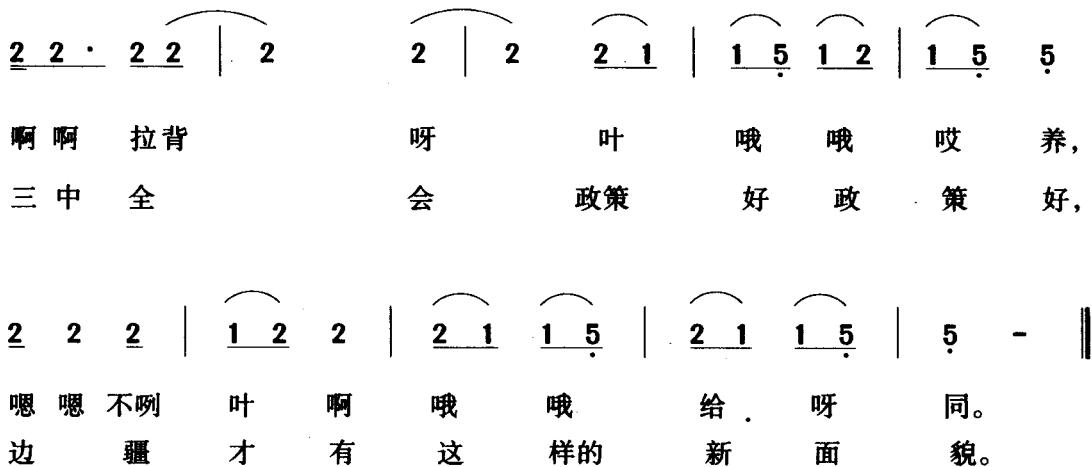
汉字记音 叶 拉 哟 叶 啊 哟,

配 歌 有 毛 主 席 共 产 党 的 好 领 导,



撇 呀 咧 沙 哎 不 给 哟 哟 叶 呀,

大 家 才 能 高 兴 的 唱 唱 跳 跳,



### (三) 造型服饰道具

#### 造 型



男青年



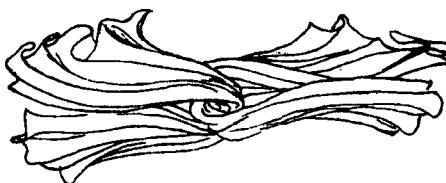
女青年

#### 服 饰

青年舞服饰没有统一规定，因地区、因人而异，可着一般生活装，参看造型图和“打歌”服饰介绍部分。

**道 具**

- 1、三弦
- 2、口弦
- 3、笛
- 4、毯子

**(四) 动作说明****道具执法**

- 1、执佤笛（见打歌道具执法）
- 2、执三弦（见打歌道具执法）
- 3、执口弦（见打歌道具执法）

**执毯子****基本动作****1、上步转身**

**第一拍** 左脚向前上一步，同时“右小腿后抬”身向左拧。

**第二拍** 右脚上一步，同时向左转半圈，左脚提起。（见图 71）

**图 71**

## 2、屈伸踩步

第一拍 左腿屈膝前抬，右腿屈膝，身微仰、双手向前摆。

第二拍 右脚在左脚旁跺地，身前俯、双膝伸直，双手向后甩。

## 3、右三踩

第一~三拍 右脚在左脚旁跺地三次，身随势俯仰，双手前后摆动。

第四拍 身直起。

## 4、右踢腿跳



第一拍 左脚向左迈一步，同时右腿向左前踢出（见图 72）。

图 72

第二拍 左脚原地跳一下。

对称动作作为左踢腿跳

## 5、上步转身

第一拍 左脚向前上一步，同时“右小腿后抬”身微俯。

第二拍 右腿向前上一步，同时向左碾转半圈，左腿提起。

## 6、跨步转身

第一拍 左腿向前跨一步，同时右“小腿后抬”

第二拍 右脚向左方上一步，同时向左转身四分之一圈。

## 7、前踢吸腿步

第一拍 右腿向右迈一步，同时左腿擦地向右前方踢出。

第二拍 左腿收回“吸腿”位，同时右脚原地踏一下。

## 8、跺步掖腿

第一拍 左腿向前跺一步，同时右“小腿后抬”身前俯。

第二拍 右腿向后跺一步；同时，左腿收回“掖腿”位右腿屈膝（见图 73）。



图 73

## 9、双踩退步

第一拍双腿向前跳一步，同时右腿向前踢出，左腿屈膝，身向左倾。

第二拍右腿向后退一步，身向右倾。

男青年 ■

女青年 ●

## (五) 场记说明

### 1、三弦舞

舞者若干，站成面对面两排，面对一男舞者执三弦伴奏领舞，其余舞者双手自然摆动。

#### 【三弦舞】

[1] ~ [2] 起右腿，向前走“弹动步”二步，起右腿做“一步踢”动作一次。

[3] ~ [4] 做“上步转身”动作一次，成一直排，再转身交换位置，变成两排面对面，退左腿做“一步踢”动作一次

[5] ~ [6] 原地做“屈伸跺步”二次。

[7] ~ [8] 做“右三踩”动作一次。

[9] ~ [10] 起右腿，做“一步踢”一次，起左腿，做“一步踩”动作一次。

无限反复、舞完曲止。

#### 2、口弦舞

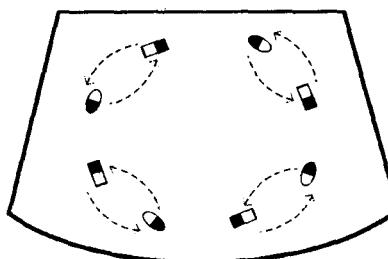
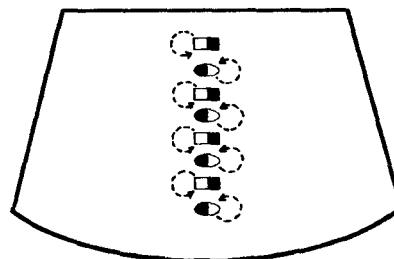
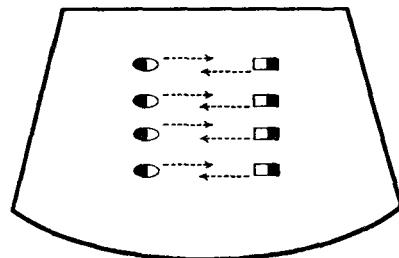
舞者若干围成圆圈，男舞者左肩对圆心、女舞者右肩对圆心，一男舞者吹口弦伴奏跳舞其余舞者男女成对，双手随步法自然摆动。

#### 【口弦舞】

[1] ~ [2] 做“右踢腿跳”“左踢腿跳”各一次。

[3] ~ [4] 做“左转身步”一次。起左腿，向左做“一步踩”动作一次。

[5] ~ [6] 做“左踢腿跳”一次，上左腿“一步踩”动作一次。



### 3、高格西诺（青年舞）

舞者若干，围成圆圈，左肩对圆心，一男舞者吹笛伴奏领舞，其余舞者双手自然摆动。随乐起舞，无限反复，舞完曲止。

#### 【青年舞】

[1] ~ [2] 做“跨步转身”一次，起左腿向前做“一步踩”动作一次，面对圆心。

[3] ~ [4] 做“前踢吸腿步”一次，起左腿，往左做“一步踩”动作一次。

[5] ~ [12] 起左腿，做“弹动进退步”二次。

[13] ~ [14] 起左腿，走“弹动步”二步，做“跺步掖腿”动作一次。

[15] ~ [18] 面对圆心，向前做“双踩单踢”动作二次。

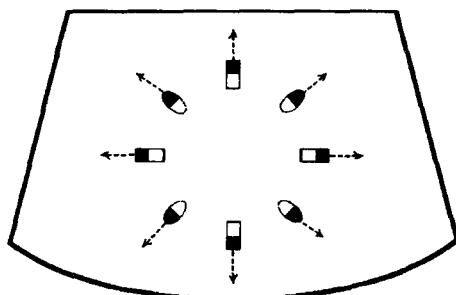
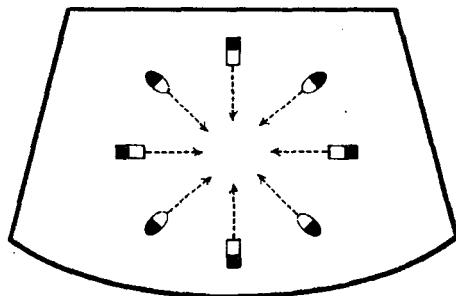
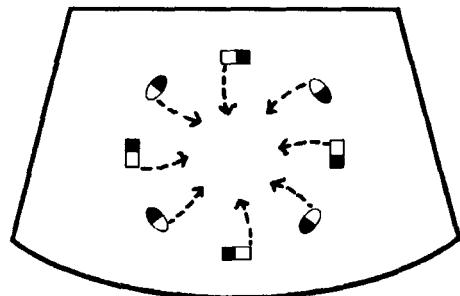
[19] ~ [20] 做“双踩退步”一次，起左腿，向左做“一步踩”动作一次。

[21] ~ [22] 做“前踢吸腿步”动作一次，做“一步踩”动作一次。

[23] 起右腿，向右做“一步踩”动作一次。

### 4、毯子舞

五人表演，两条毯子折叠成“十”字，中间固定，四人各执一端，站“八字步”，一人骑在毯子中间（见道县执法图）。



## 【毯子舞】

[1] ~ [4] 起左脚，一拍一跺，原地跺步八步。

[5] 执毯子者原地“半蹲”后突然直立同时，中间舞者双腿跺地往上跳起，四人用力拉紧毯子、身后仰、将中间舞者抛起，在空中指手二次。（见图 74）



图 74

传 授 赵三木惹 肖尼勤 田岩块  
田叶拉等  
编 岩 许 岩 邦 岩 沙  
娜 银 岩 在等  
编 写 鮑尼翁 尼 早 孔玉玲（毯子舞）

## 《青年舞》

执行编辑 王世雄 鲍志明 彭成芳  
绘 图 刘永根  
资料提供 杨赛亮 杨国进 保永红  
杨 琴 杨丽萍 陈慈忠

## 女青年舞

### (一) 概述

佤族少女成年以后，就会以各种方式来显示自己的美，表明自己已经成熟、以吸引异性的关注与追求。女青年舞就是这种美的表现形式。最常见的女青年舞有《甩发舞》、《奇笼笼》、《多依花》等。

“甩发舞”佤族称“爱端尾嘿”是广泛流传在佤族妇女中的自娱性舞。除结婚，盖房剽牛，丧事时跳之外，其他场合可随时随地起舞。“甩发舞”年代久远，不知源于何时，在沧源有这样的传说：很久以前，阿佤山有一对恩爱情侣，男的叫岩七，女的叫依带儿。岩七长得英俊强壮，依带儿黑发披肩长得如花似玉。有一天，俩人上山找竹笋、山箐里布满了蜘蛛网，俩人的头上、身上都被网住了。他们相互拉扯；扯了三天三夜也没有把蜘蛛网拿干净，依带儿的满头黑发被弄得七皱八折，叫人好不伤心。后来，聪明的岩七就把竹子破成条来帮依带儿梳理头发，就此发明了“竹梳”。岩七给依带儿梳理了三天三夜、依带儿又给岩七梳理了一天一夜，梳了又理，理了又梳，一对情人在梳头时间诉不完恩爱情话，依带儿的头发被梳得发亮，他们在月光下高兴地唱啊跳啊，头发随风飘起、一对情人陶醉在幸福之中。后来每当明月升空，二人就在月光下相互梳头，共诉恩爱之情，尔后双双起舞。于是，阿佤山有了“竹木梳”，阿佤山的情侣兴起了“梳头”之俗，阿佤少女就有了“甩发舞”。

无论民间传说是否可信，但佤族妇女酷爱长发则是事实。她们以长发为美，从小习惯于长发披肩，每当她们在竹楼下洗净头发，就要低头梳妆，甩发晾干整型，乌发随风飘舞、其《甩发舞》也可推测由此缘起。

《甩发舞》既可两人对舞、也可集体进行，舞者多为偶数。大家拉手围圈、边唱边跳、无乐器伴奏，每唱完一段歌词、双手拉紧、身子倒后，接着左右前后甩动长发，如飞，似风舞，以显示自己的魅力，以表现佤族女性的豪放、爽朗，以表露自己甜美的心情。

“奇笼笼”又名“月亮升起来”，“多依花”佤族称“代玛果”两个舞是流传在沧源各佤族村寨的女青年舞，在银白的月光下，少女们拉手围圈，唱着歌儿“月亮亮、月亮白，月亮跟着白云走，唱啊跳啊多愉快。”“多依花，多依花，多依花我不插，想插红红的山茶花。”然后随着歌声拉手、走步、跺脚转圈。合着柔情的歌、跳着轻盈的舞，十分含蓄地表明姑娘已经长大成人，以此表示自己对美好生活的向往渴求的心情。

女青年舞以“甩发舞”较为普及并有一定的影响，近年来经文艺工作者加工整理搬上文艺舞台，其甩发动作已风靡全国。

(王世雄)

## (二) 音乐

## 说明

《女青年舞》无乐器伴奏，故凭演唱者的乐感，自行定调边唱边舞。各个舞曲别具风格，旋律优美，抒情流畅。

## 曲谱

## 沧 源 甩 发 舞

1=G 2/4 ♪ = 80

稍快

传授 肖叶弄  
记谱 鲍志明

5 3—1 | 5 · 5 5—5 | 5 - |

(汉字记音)“艾 带 儿” 西 伟 哈 啊 依,  
 (配 歌) 艾 带 儿 黑 发 垂 腰 际,

5 5 5—5 | 3—1 3=5 | 5 - | : 5 #5 5 #5 |

勐 哈 烂 格 艾 带 儿 依。 帅 啊 帅 啊  
 长 发 艾 带 儿 多 漂 亮。 长 发 随 风

3—1 5 | 5 #5 5 #5 | 3—1 5 | 5 #5 5 #5 |  
 帅 啊 依, 帅 啊 帅 啊 赛 啊 依, 帅 啊 帅 啊  
 飘 啊 飘, 帅 啊 帅 啊 赛 啊 依, 帅 啊 帅 啊

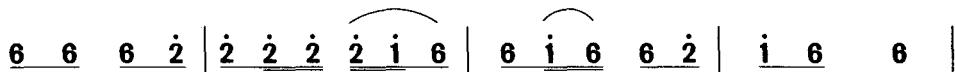
3—1 5 :||  
 赛 啊 依。  
 赛 啊 依。

## 西盟甩发舞

1=G 2/4 ♦ = 72

传授 李云昌  
记谱 高立旗

轻快风趣地



(汉字记音)叶 格 忽哎 比巴啊 落, 托个 哎哎 比背 优。

(配 歌)鸟 黑的头 发 披 肩 上, 长发 姑娘 多漂 亮。



咚 叻 咚 叻 哎士 哎士 哎士 哎士 委 啊 委。

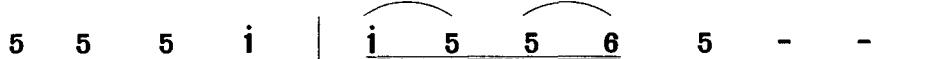
咚 叻 咚 叻 哎士 哎士 哎士 哎士 委 啊 委。

## 月亮升起来

1=G 4/4 ♦ = 48

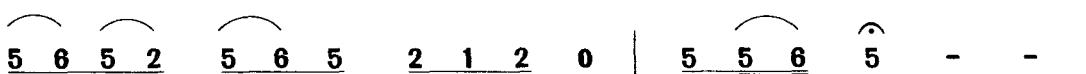
传授 白依相  
记谱 鲍志明  
杨国进

轻快风趣地 抒情地



(汉字记音)染 拢 拢 染 好 拢 拢,

(译 词)月 亮 升 起 月 亮 亮,



柒 好 卖 翁 摆 拢 拢。 合 零 哎

月 亮 随 着 白 云 走。 合 零 哎



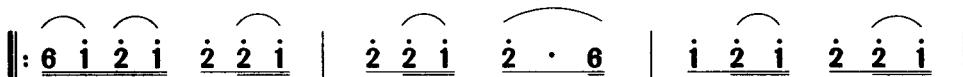
零 相 木 哎 嘿 零 相 木 哎, 习 相 木 哎 嘿 零 相 木 哎。

跳 呀 唱 呀 多 快 乐, 跳 呀 唱 呀 多 快 乐。

## 多 依 花

1=G 4/4 ♩ = 80

轻快活泼地

传授 田依革  
记谱 鲍志明

(汉字记音) 代 玛 果 安 儿 荣 把, 涕 桑 巴 代  
(译 词) 多 依 花 我 不 想 插, 想 插 鲜 红 的



别 西 更 代, 别 西 果。  
山 茶 花, 山 茶 花。

## 译词

2、漂亮的小伙子我不爱  
我爱披蓑衣的小伙子。

## (三) 造型服饰道具

## 造 型



女青年

## 服 饰

着一般生活装即可，参看“芦笙舞”、“打歌”等服饰。

## (四) 动作说明

### 1、沧源甩发舞（哎堆西拐孩）

第一~六拍 起右脚、走“弹动步”向左横走六步。

第七~十二拍 起左脚，“弹动步”，向右横走六步。

第十三~十四拍 向前甩发，双脚伸直，身前俯、双手向后甩（见图 75）。

第十五~十六拍 向后甩发，双膝微屈、身微仰、双手半握拳至耳旁（见图 76）。

第十七~二十拍 做十五至十六拍动作。

第二十一~二十二拍 向左拧身，头往上抬、目视左上方，双膝微屈，头发随身微摆（见图 77）。

第二十三~二十四拍 做二十至二十二拍对称动作。



图 75



图 76



图 77

第二十五~二十八拍 一拍一次，头发向前后各甩二次，身随之前俯后仰、双膝屈伸四次。

第二十九~三十四拍 头发向后甩、身直起。

## 2、西盟甩发舞

第一拍 右脚原地跺步一次，身随势右摆（见图 78）。

第二拍 做第一拍对称动作。

第三~八拍 重复一至三拍动作三次。

第九拍 头向右摆、甩发一次，向左摆，甩发一次。

第十拍 重复第九拍动作。

第十一~十二拍 从后往前甩发二次（见图 79）。



图 78



图 79

第十三~十六拍做九至十二拍动作。

## 3、月亮升起来（奇笼笼）

第一~八拍 起右脚，向前走“弹动步”八步，双手前后摆动，身随势起伏。第九拍向前“双脚跳”一步，双手向前甩至耳旁，双膝微屈（见图 80）。



图 80

第十~十一拍 起左脚，往后退，走“弹动退步”二步双手前后微甩。

第十二拍 同第九拍动作。

第十三~十六拍 起右脚，向右横走四步，双手前后甩动，身随势起伏。

第十七~十九拍 起左脚，向左横走三步，手与身动作同上。

第二十拍 同第九拍动作。

第二十一~二十四拍 做九至十二拍动作。

#### 4、多依花

第一~七拍 起左脚，向右横走“弹动步”七步，双手前后微摆。

第八拍 右脚在左脚旁跺地，双手后甩。

第九~十拍 左脚在右脚旁跺地二次。

### (五) 跳法说明

“沧源甩发舞”、“月亮升起来”、“多依花”三个舞，舞者不限、围成圆圈，面对圆心手拉手，无乐器伴奏，边唱边跳，无限反复、舞完曲止。

“西盟甩发舞”舞者成双，两人一对面对面站立、双手交叉相拉、左手在上，右手在下，既可两人表演，又可集体进行，无乐器伴奏，边唱边跳、舞完曲止。

传 授	肖叶弄	李叶来	白依相	肖依相
	李依相	田叶拉	田叶改	
	娜焕（西盟）	娜领（西盟）	叶伟（西盟）	
	娜很（西盟）	娜庆（西盟）		
编 者	保尼翁	尼 早（西盟）	孔玉玲（西盟）	
	高立旗（西盟）			

### 《女青年舞》

执行编辑	王世雄	鲍志明	彭成芳
绘 图	刘永根		
资料提供	杨赛亮	杨国进	保永红
	郑云志	杨 琴	陈慈忠
	杨丽萍	李学宏	李 岳
	李光祥		

# 跳 摆

## (一) 概 述

“跳摆”也叫“象脚鼓舞”，在沧源、西盟、永德、镇康等地佤族村寨流行。每逢剽牛、祭祀、盖新房、接新水和喜庆节日，均跳象脚鼓舞。沧源、永德、镇康一带，佤族与傣族一样，过“泼水节”、“关门节”、“开门节”、“包饭节”等并盛行“跳摆”。无论在西盟还是沧源，每个佤族村寨都有一套完整的打击乐器，有的地方归集体所有、有的地方的某种乐器则归某一家人所有。

象脚鼓舞由来已久，在沧源、永德一带，民间传说与当地傣族“泼水节的传说”一致，认为象脚鼓舞的源起与小乘佛教有一定关系。传说中的“戈耷麻”是小乘佛教创始人，他创教以后就上天去了，由“扑三帕”来接替他。扑三帕来到人间，违背了“佛”的旨意，讨了七个老婆，而且在人间胡作非为。他的小老婆伸张正义就把扑三帕勒死了。扑三帕死后仍不安份，埋在山脚山塌、埋在山顶山喷火，埋在水边水暴涨，他的七个老婆只好轮流抱着他的腐尸，不让他祸害人间。尸水污浊、染了他们一身，他们就互相泼水冲洗。后来人们为了纪念这七位妇女，每年泼水一次，以示洗去污秽，吉祥如意。沧源佤族过去跳摆敲“蜂桶鼓”，后来慢慢才改用象脚鼓。

佤族象脚鼓由自己制作，工匠代代传艺至今未绝。其鼓身短而粗壮，呈喇叭形，用麂皮或黄牛皮蒙面，声音雄壮而深沉，配有音高不同的大、小锣三至四面，并与镲相合，其音阶突出，民族特色很浓。

沧源佤族跳摆因受傣族摆影响，跳法与当地傣族大同小异。所不同的是傣族小卜哨（姑娘）一般不跳，而佤族则不分男女老幼皆跳。男舞者动作刚劲一些，女舞者动作柔和一些；男舞者围在外圈、女舞者拉手围在里圈，和着打击乐节奏往逆时针方向跳转。基本步法为踏、蹬点、吸，屈膝抬腿频繁；基本手势为抬手、分掌、击鼓，女性手臂随势前后摆动。身随步转前后左右灵活自如。男舞者俯仰幅度大，俯则躬身，仰则昂扬，鼓声咚咚、锣声阵阵、人声沸扬，一跳数日不止。

西盟象脚鼓舞有多种跳法，所收集到的《哦咳朗》、《雪管朵》、《雪排吉》各有特点、充分体现了象脚鼓舞的民族特点和地域特点。

《哦咳朗》广泛流传在西盟各个佤族村寨，人数不限、男女老幼都可参加，在鼓、镲、锣的打击伴奏引舞下，众踏步沿圈向前，左、右手分别从前面抬起往后摆动绕圈、交替逆时针方向进行，边跳边唱、有领有合。每唱完一段歌词都要复唱“哦咳朗”“磨散敢”，故得舞名。再加“帅一帅一帅”的欢呼声，传扬数里、十分热闹。

《雪管朵》意即“青年舞”，主要流传在翁嘎要科龙坎村一带，是男女青年利用“接

新水”和“盖新房”时进行社交活动的舞蹈。其舞人数成双，异性舞伴交叉围圈，面对面而舞。主要是踮走步，动作为腰臀拱动、横移转身、扭臀与舞伴臀部相碰，其舞风趣活泼、情绪高昂欢乐，对对情侣的感情交流之微妙，难以言表。

《雪排吉》意为“手绢舞”，源于班老，坡永一带、现主要流传在翁戛科各村寨、也是男女青年在过节、盖房时最喜欢跳的舞之一。除了用象脚鼓、铓、镲伴奏外，还吹奏“德”，特色独具。其舞人数不限、男女均可、面对圆心围圈，逆时针方向横移走步，双脚靠拢立足尖踮步、转身180度交换进行。右手捏一手绢（或双手各执一块）随节拍在胸前甩动。既可男女跳同一动作，也可男舞者跳另一套路，即：主力腿稍屈、动力腿抬成“三道弯”。同时挥动手绢，沿圈向前，交换进行。其舞姿优美、活泼、风格浓郁，表现了佤族青年自豪，爽朗的性格。

永德佤族（本人）跳摆有《直摆》、《耍刀摆》、《拍手打脚摆》、《反面摆》、《穿花摆》五个套路。《直摆》的动作较简单，众舞者握拳面对圆心围圈，逆时针方向跳转。主要动作有踏步、靠步、掏手、晃手等动作，头和眼一般为偏左看右或偏右看左。舞步多为屈膝踢步，抬手或翻腕。耍刀摆实则在象脚鼓等打击乐的伴奏下耍刀。《拍手打脚摆》需二人成对，腿不断跳与抬，二人脚掌相击、手随之与舞伴击掌，成正面、反面、侧面“拍手打脚”，前后左右灵活反复跳转，击掌的声响与打击乐的节奏吻合自然。《反面摆》与《穿花摆》仍以二人成对，在《直摆》动作的基础上不断变化方位使之增加自娱性。

永德“本人”的跳摆和与之杂居的傣族跳摆无多少差异，其打击乐谱较简单、强弱分明、节奏感强。这是长期氏族文化交流的结果。

（王世雄 高立旗）

## (二) 音 乐

### 说 明

《高儿迈供》伴奏乐器由佤族象脚鼓、镲、大、中、小铓组成。铓由不同音高的定音铓组成。分别定为铓一、二、三。“铓一”高音为“5”、“铓二”音高为“3”、“铓三”音高为“1”，奏出|1 3 |1 3 5 3 |1 3 5|轻快流畅的旋律。鼓声、击镲声、铓锣声融为一体，发出清脆和谐的音响，清新、明快，别具风格。

《永德佤族摆》有“直摆”“耍刀摆”“反面摆”“穿花摆”“拍手打脚摆”等，打击乐器由象脚鼓、镲、大铓组成，鼓、镲、铓同时敲击。乐谱为一种。

西盟佤族摆有三种跳法。

《哦咳朗》音乐由象脚鼓，镲和定音铓两个部分组成。铓由四个定音铓组成，分别是“铓一”音高为“5”“铓二”音高为“1”“铓三”音高为“3”、“铓四”音高为“2”。奏出|5 3 |5 3|的音型，轻快活泼。《雪管朵》均为象脚鼓，大铓、镲为舞伴奏。《雪排吉》除象脚鼓、镲外，由三个定音铓组成。“铓一”音高为“1”，“铓二”音高为“3”，“铓三”音高为“5”，可奏出下例音型 |5 1 |3 2 |5 1 |3 2|。鼓声、铓声，

加之喊声，气氛热烈。

### 高 儿 迈 供

2/4 ♩ = 64

轻快活泼地

传授 保岩堂  
记谱 鲍志明 保岩相

锣鼓字谱 || : 冻 冻 冻 | 冻 冻 冻 | 冻 冻 冻 | 冻 冻 冻 |

锣 谱 || : 5 3 1 | 5 3 1 | 5 3 1 | 5 3 1 |

锣 一 || : × 0 0 | × 0 0 | × 0 0 | × 0 0 |

锣 二 || : 0 × 0 | 0 × 0 | 0 × 0 | 0 × 0 |

锣 三 || : 0 × | 0 × | 0 × | 0 × |

象脚鼓 || : × × × | × × × | × × × | × × × |

大 锣 || : × × | × × | × × | × × |

|| : 冻 冰 冻 | 冻 冰 冻 | 冻 冰 冻 | 冻 冰 冻 ||

|| : 5 3 1 | 5 3 1 | 5 3 1 | 5 3 1 :||

|| : × 0 0 | × 0 0 | × 0 0 | × 0 0 :||

|| : 0 × 0 | 0 × 0 | 0 × 0 | 0 × 0 :||

|| : 0 × | 0 × | 0 × | 0 × :||

|| : × × × | × × × | × × × | × × × :||

|| : × × | × × | × × | × × :||

## 永德佤族摆

1=G 2/4 ♩ = 80

传授 杨才五  
记谱 李胜良

锣鼓字谱 | 崩 嘈 嘈 嘈 | 崩 嘈 嘈 嘈 | 崩 嘈 嘈 嘈 |

象脚鼓 | × × × × × | × × × × × | × × × × × |

铓 | × - | × - | × - |

镲 | × × × × × | × × × × × | × × × × × |

## 哦 咳 朗

1=G 2/4 ♩ = 90

窝龙村  
记谱 李云昌

轻快活泼地

铓 谱 | 5 i 3 2 | 5 i 3 2 | 5 i 3 2 | 5 i 3 2 |

铓一 | × 0 0 | × 0 0 | × 0 0 | × 0 0 |

铓二 | 0 × 0 | 0 × 0 | 0 × 0 | 0 × 0 |

铓三 | 0 × 0 | 0 × 0 | 0 × 0 | 0 × 0 |

铓四 | × × × × | × × × × | × × × × | × × × × |

象脚鼓 | × × × × | × × × × | × × × × | × × × × |



:
 5 1 3 2 | 5 1 3 2 | 5 1 3 2 | 5 1 3 2 |

:
 × 0 0 | × 0 0 | × 0 0 | × 0 0 |

:
 0 × 0 | 0 × 0 | 0 × 0 | 0 × 0 |

:
 0 x 0 | 0 x 0 | 0 x 0 | 0 x 0 |

:
 × × × × | × × × × | × × × × | × × × × |

:
 × × × × | × × × × | × × × × | × × × × |

注：“鎚一”音高为5 “鎚二”音高为1 “鎚三”音高为3

“鎚一”音高为2

### 雪 管 朵

2/4 ♩ = 60

节奏较自由

靠来上寨  
记谱 李云昌

**象脚鼓**

:
 × 0 | × × | × × | × 0 |

**中 鎚**

:
 × 0 | × × | × 0 | × 0 |

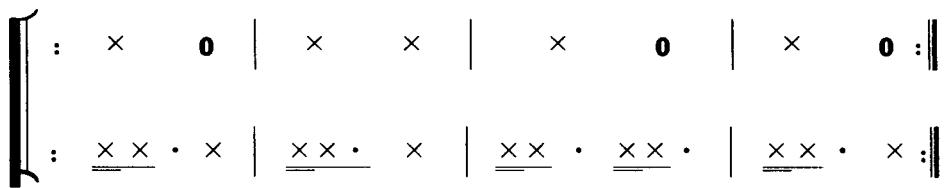
**小 镣**

:
 × × · × | × × · × | × × · × | × × · × |

:
 × 0 | × × | × × | × 0 |

:
 × 0 | × × | × 0 | × 0 |

:
 × × · × | × × · × | × × · × | × × · × |



## 雪 排 吉

2/4 ♦ = 60

英历  
记谱 李云昌

铓 谱	: 1 3 5   1 3 5   1 3 5 3   1 3 5
铓 一	: x 0 0   x 0 0   x 0 0   x 0 0
铓 二	: 0 x 0   0 x 0   0 x 0   0 x 0
铓 三	: 0 x   0 x   0 x 0   0 x 0
象脚鼓	x x x x   x x x x   x x x x   x x x x
小 镖	x x . x x   x x . x x   x x x x   x x . x x

	1 3 5   1 3 5   1 3 5 3   1 3 5 :
	x 0 0   x 0 0   x 0 0   x 0 0 :
	0 x 0   0 x 0   0 x 0   0 x 0 :
	0 x   0 x   0 x 0   0 x 0 :
	x x x x   x x x x   x x x x   x x x x :
	x x . x x   x x . x x   x x x x   x x . x x :

注：“鎔一”音高为1 “鎔二”音高为3 “鎔三”音高为5

### (三) 造型服饰道具

#### 造 型



男青年



女青年

#### 服 饰

一般生活装即可，参看“芦笙舞”服饰说明。

#### 道 具

| 象脚鼓 | 鎔 | 璧 |      | 手巾 | 刀子 | (见统一图)

### (四) 动作说明

#### 道具执法

1、执象脚鼓、左肩挎鼓、左手抚鼓边，右手包布握拳击鼓。

2、执璧（见“蜂桶鼓舞”）

3、执鎔执槌（见“蜂桶鼓舞”）

4、执小鎔（与大鎔执法相同）

#### 1、沧源佤族摆

##### 击象脚鼓者动作

第一拍 右脚向前上一步屈膝，同时左腿屈膝前脚掌着地，身前俯，右手击前半拍，左手击后半拍（见图 81）。



图 81

第二拍 前半拍重心移往左脚，同时“右腿前抬”，后半拍右脚向前蹬，左腿屈膝、身微后仰，右手击鼓一次。

第三~四拍 同第一至二拍动作。

第五拍 右脚向后移一步同时左“吸腿”左脚向左方蹬出同时向右转半圈，右腿微屈膝，目视前方，左、右手击鼓（见图82）。

第六拍 左脚落地，同时右脚向前蹬，右手击鼓。

第七拍 右脚落地屈膝，左腿屈膝脚尖点地身前俯、右、左手击鼓。

第八拍 重心移往右脚，同时右脚向前蹬身微后仰，右手击鼓。

第九~十二拍 做第一至四拍动作。

第十三拍 右脚向前落地，同时左脚向左方蹬。

第十四拍 落左脚同时向左转半圈，右腿屈膝向内划弧向前蹬，右手击鼓。

第十五拍 落右脚、左脚尖点地，双腿屈膝身前俯、左、右手击鼓。

第十六拍 重心移往左脚，同时右脚向前蹬，左腿屈膝，身微后仰。

#### 男舞者动作

第一拍 右脚向右方移一步，同时左腿屈膝旁抬。右手“分掌”于右上方（见图83）。

第二拍 左脚向左方蹬，右腿屈膝。

第三拍 右脚向右方移一步，同时左腿屈膝旁抬，右手“分掌”于右上方。

第四拍 左脚向左方蹬，右腿屈膝，身右倾。

第五拍 左脚向前上一步，同时向右转半圈，左腿屈膝旁抬，右手“分掌”于右上方。

第六拍 左脚向左方蹬，右腿屈膝、身右倾。

第七拍 左脚落地，右腿屈膝旁抬，左手“分掌”于左上方，眼随手。

第八拍 右脚向右方蹬，左腿屈膝，身左倾。

第九~十拍 做七至八拍对称动作。

第十一拍 落左脚向左转半圈，同时右腿屈膝旁抬，左手“分掌”于左上方。

第十二拍 右脚向右方蹬，左腿屈膝，身右倾。

第十三拍 落右脚，左腿旁抬，右手“分掌”于右上方。

第十四拍 左脚向左方蹬，右腿屈膝，身右倾。

第十五~十六拍 做第十三至十四拍动作。

#### 女舞者动作



图 82



图 83

- 第一拍 右脚向右方蹬。(拉手前后摆动)
- 第二拍 落右脚、同时左脚前踢擦地收回右脚旁。
- 第三~四拍 做第一至二拍对称动作。
- 第五拍 右脚向右方迈一步，(手放开) 向右转半圈，同时左脚擦地前踢。
- 第六拍 左脚擦地收回右脚旁(拉手)。
- 第七~八拍 起左脚、向左“一步踢”。
- 第九~十拍 起右脚，向右“一步踢”。
- 第十一拍 左脚向左方迈一步，向左转半圈，同时右脚擦地前踢。(此时不拉手)。
- 第十二拍 右脚擦地收回左脚旁。
- 第十三~十四拍 起右脚、向右“一步踢”。
- 第十五~十六拍 起左脚，向左做“一步踢”动作。

## 2、直揆（永德）

第一拍 右“吸腿”同时左腿原地踏一次“半蹲”右手擦右腿打下，左手从胸前掏于左主方(见图84)。

第二拍 右脚上一步屈膝，同时左脚拖于右脚旁，双手向左晃手后左手抬于右腋前，右手向后摆于背后。

第三~四拍 做一至二拍对称动作。

## 3、耍刀揆

左手握刀直立右前方(刀尖向上)，右手握刀在右侧(刀尖朝后下方)。

第一拍左脚向前上一步，成右踏步，左手握刀用力地砍向右肩前，右手握刀向后刺致左肩后。目视左上方。同时双屈膝。

第二拍双腿直立，双手向内翻腕，左手于山膀位，(刀尖对右前)右手于右下方(刀尖向右下方)。

第三~四拍做第一~二拍对称动作。

## 4、拍手打脚揆（永德）

第一~二拍 右脚向左前方跨跳一步，二人交换位置成背靠背，同时左脚后抬脚掌相碰，左手向后相拍，目视左后方(见图85)。

第三~四拍 做一~二拍的对称动作。

第七~八拍 左脚原地跳一步，同时右脚后抬，脚掌相碰，右手向后相拍，目视右后方。

第九~十拍 右脚落于左脚旁，同时向左转半圈成面对面，左脚前抬，脚掌相碰，左



图 84



图 85

手前抬相拍（见图 86）。

第十一~十二拍 左脚原地跳一步，同时右脚前抬，脚掌相碰，右手前抬相拍，左手垂下。

### 5、反面摆（永德）

第一~四拍 甲做“直摆”第一至四拍动作。乙做甲的对称动作。

第五拍 甲左脚原地踏一步，右“吸腿”同时右手擦右腿打下，左手从胸前掏于左上方，目视右前方。乙作甲的对称动作。

第六拍 甲右脚落于左脚后，同时向右转半圈。乙左脚落于右脚后，同时向左转半圈。

第七拍 甲左脚于右脚旁踩地，同时“右吸脚”。乙做甲的对称动作。

第八~十一拍 甲、乙做第一至四拍动作。

第十二拍 甲右脚后退一步，同时向右转半圈。乙左脚后退一步，同时向左转半圈。

### 6、穿花摆（永德）

第一~四拍 做“反面摆”第一至四拍动作。

第五拍 甲左“吸腿”。乙右“吸腿”。

第六拍 甲左脚向后退一步。乙右脚向前上一步。

第七拍 甲、乙左“吸腿”，二人并排（见图 87）。

第八拍 甲左脚向后退一步，右脚靠拢左脚旁，前脚掌着地。乙左脚向前一步，右脚靠拢左脚旁前脚掌着地左手后背，右手抬于胸前（见图 88）。



图 86



图 87



图 88

第九~十二拍 作第一至四拍动作。

第十三拍 甲左“吸腿”乙右“吸腿”。

第十四拍 甲左脚向左方横移一步，乙右脚向后退一步。

第十五拍 甲、乙左“吸腿”二人并排。

第十六拍 甲左脚向前一步，右脚靠拢左脚旁脚尖点地，乙左脚向后退一步，右脚靠拢左脚旁，脚尖点地。

### 7、哦咳朗（西盟）

领舞者做（击象脚鼓者）动作

第一拍 左脚向前跨一步。

第二拍 右脚向右前方抬（见图 89）。

第三~四拍做一至二拍对称动作。

众舞者动作

第一~二拍 左脚向前跨一步，脚尖点地，同时右手从前面抬起往后绕一圈，左手下垂，身随势起伏，目视前方。

第三~四拍 做一至二拍对称动作。

### 8、雪管朵（西盟青年舞）

第一拍 右脚向右前方上一步，同时向右转四分之一圈，左脚靠拢右脚旁，双手向前摆，目视前方。第二拍双脚跟离地踮一次，同时双手向后摆臀部向后顶相碰，身微俯。（见图 90）。



图 89



图 90

第三~四拍 左脚向后退一步，同时向左转半圈，右脚靠拢左脚旁，双手向前摆。双脚跟离地踮一次，同时双手向后摆臀部向后顶相碰，身微俯。

第五~六拍做第一至二拍动作。

### 9、雪排吉（西盟手绢舞）

女舞者动作

第一拍 右脚向右方迈一步，左脚靠拢右脚旁，同时右手抬于胸前，左手自然下摆。

第二拍 双脚原地踮一次，右手自然向右方甩动手绢一次，左手随右手摆动。

第三~四拍 做第一至二拍动作。

第五拍 右脚向后退一步，同时向右转半圈，左脚靠拢右脚旁，右手抬于胸前，左手

随右手小摆动。

第六拍 做第二拍动作。

第七~八拍 做第五至六拍对称动作。

男舞者动作

第一拍 起右脚向右方走二步，双手下垂。

第二拍 右脚向右前方抬，同时右手从胸前向右前方甩手绢一次。（见图 91）



图 91

### 角色

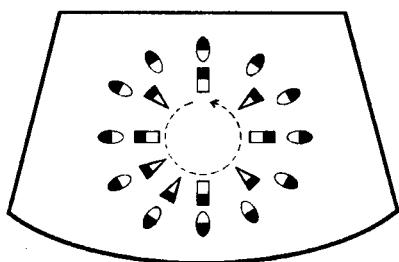
男青年 ■

女青年 ○

伴奏领舞者 ▲

### 1、沧源佤族摆

舞者若干，男舞者围在里圈，女舞者围在外圈手相拉，由五名男舞者执象脚鼓、镲、铓伴奏领舞，执镲与执中铓者动作与击象脚鼓者同，大铓舞者则一直走，无限反复，舞完曲止。



### 【沧源佤族摆】

[1] ~ [4] 面对圆心

237 [5] ~ [8] 背对圆心

[9] ~ [10] 面对圆心

### 2、直摆

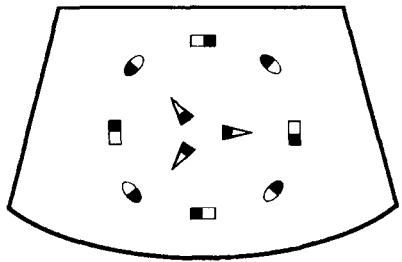
舞者若干围圈，双手握拳，右手抬于左腋前，左手后背。由三名男青年执象脚鼓、镲、铓等打击乐器伴奏领舞、按永德佤族摆歌曲谱敲击、反复多次，舞完曲止。

### 3、耍刀摆

舞者一人，左手执刀直立于左前，刀尖向上，右手执刀于右下方，刀尖向下。另有三名男青年执象脚鼓、镲、铓伴奏。乐起即舞，无限反复、舞完曲止。

### 4、拍手打脚摆

舞者若干，二人一对围圈，右手相拉，由三名男青年执象脚鼓、镲、铓伴奏、无限反复，舞完曲止。



## 【永德佤族摆】

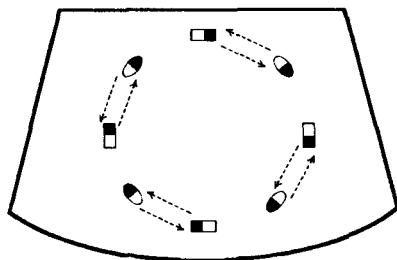
- 238 [1] ~ [2] 面对面而舞  
 [3] ~ [4] 转身背对背而舞  
 [5] ~ [6] 转身面对面而舞

## 5、反面摆

舞者若干，二人一对背靠背站立，面对逆时针方向者为甲，右手抬于左腋前，左手后背。面对顺时针方向者为乙，左手抬于右腋前，右手后背。由三名男青年执象脚鼓、镲、铓伴奏，奏《永德佤族摆》乐谱，无限反复，舞完曲止。

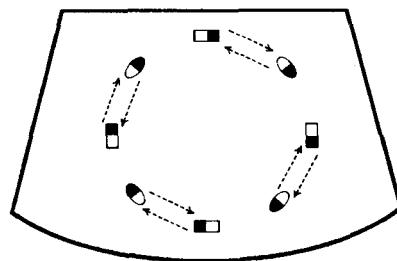
## 6、穿花摆

舞者若干，二人一对，男为甲、女为乙，由三名男青年执象脚鼓、镲、铓击《永德佤族摆》音乐伴奏。无限反复，舞完曲止。

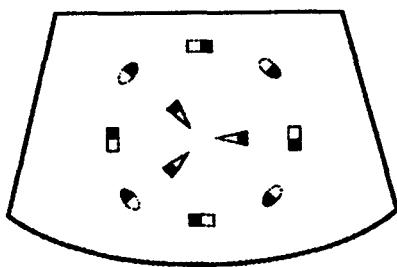


## 【永德佤族摆】

- 239 [1] ~ [2] 面对逆针方向



- 241 [8] 变换位置，还原位。

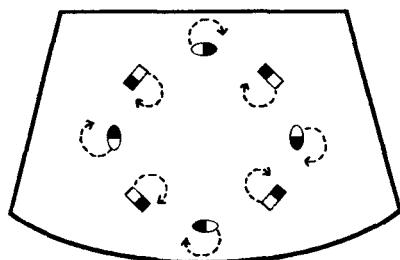


240 [3] ~ [7] 变换位置而舞

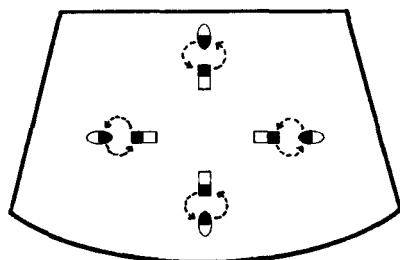
### 7、哦咳朗

舞者若干围圈，由三名男青年执象脚鼓、镲、锘伴奏，无限反复，舞完曲止。

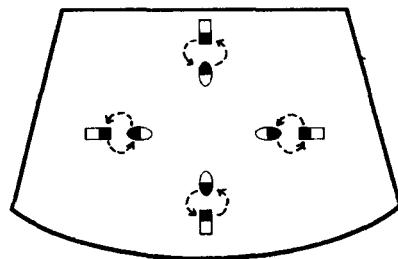
### 8、雪管朵



[1] 右脚向右斜前上一步，向右转身四分之一圈



[2] 左脚退一步，同时向左转身半圈



[3] 交换位置后反复跳转以后反复跳转

### 9、雪排吉

男女舞者若干，右手拿手绢，围成圆圈，面对圆心。由三名男青年执象脚鼓、镲、锘奏雪排吉，随乐起舞，无限反复，舞完曲止。

传 授 鲍南相 鲍岩坦 杨才五  
曹三娜 南娜蔓  
编 写 鲍志明 李胜良 尼 早  
孔玉玲 高立旗

---

《跳摆》

执行编辑 彭成芳 王世雄 鲍志明  
绘 图 刘永根

## 蜂 桶 鼓 舞

### (一) 概 述

“蜂桶鼓舞”即敲着蜂桶鼓跳的舞。蜂桶鼓因形似蜂桶而得名，它用整段树（盐酸树、泡桐树等）掏空，两头用牛皮、麂子皮绷紧，一敲咚咚响，声音宏亮。蜂桶鼓舞流传在沧源的班老，勐来等地佤族村寨、勐来蜂桶鼓舞称“稿年靠”意为“跳家”，或“跳新房”；班老蜂桶鼓舞称“稿拱草”，意为“水鼓舞”。

勐来的蜂桶鼓舞“跳新房”，在庆贺新房竣工时跳。男女舞者拉手或扣手围圈按逆时针方向彻夜唱跳。男舞者敲响三个蜂桶鼓（称父鼓、母鼓、儿鼓），大唱大跳大呼，热闹非凡。为何要“跳新房”，勐来佤族有自己美丽的传说：人从“司岗里”出来后是和动物生活在一起的，人与动物可以互相通话。大家没有房子住、日晒雨淋、日子艰难。一天，人与动物商量要盖房子，一致推举一种叫“西木老”的鸟来当师傅。西木老不会盖房，木料短的它越砍短。长的它越接长，领着大家盖了七年七个月零七天，还是没有把房子盖成。一个叫“来改”的鸟自荐说：“你们盖了这么长时间还没盖成，这个师傅得由我来当。”来改就领着大家盖房，木料短的它接长，长的它砍短，几天时间就竖起了房架子。这时候，斑鸠说：“这种房子我会盖了，我的我要自己盖”说完飞走了，所以现在斑鸠的房子只有几个木棍架子。来改领着大家给新房架子围上竹笆墙，这时，一种叫“西木约”的鸟说：“这种房子我会盖了，我的让我自己盖”说完也飞走了，所以现在西木约的窝只有底和边没有顶。织布鸟和人坚持把房子盖好，所以现在织布鸟的房子不仅有“顶”，有“墙”还有“门”（洞）。

房子盖成，人要做一个火塘，来改叫一个“梅顶”（老大妈）去找垫火塘底的东西，梅顶找了半天也不知用什么东西好，恰好看到响蚂蚁在竹笋叶上跳舞，就顺手拿了笋叶回来，所以现在佤族都喜欢用笋叶垫火塘底。房子盖成，大家唱啊跳啊，异常高兴，梅顶就领着大伙学响蚂蚁跳，但舞步不整齐，来改出了个主意，让大伙做一个鼓敲打节奏，统一舞步，于是就有人做了三个蜂桶鼓，来改把声音大一点的叫“母”鼓，小一点的叫“公”鼓，最小的叫“儿”鼓，三个鼓一齐敲响，大伙使劲的呼喊唱跳，所以现在新房落成就要“跳家”，跳家时总少不了公、母、儿三个蜂桶鼓。

班老一带跳蜂桶鼓舞据说随小乘佛教传入，传了四代约一百多年。传说蜂桶鼓就是由小乘佛教传入戈奄麻传来的，故也有称“佛鼓”或是“两面鼓”的。其舞大多在修整缅寺、纳新菩萨，上层头人聚会时以及欢度“开门节”、“关门节”、“泼水节”时跳，因其鼓有一个调音孔，每逢天气干燥音质变化，就从调音孔滴水进去调整出合适的音响，故称“水鼓”，其舞也就称为“水鼓舞”（稿拱草）。班老地区为何流行水鼓舞民间有“十八王

子舞蹈比赛”的传说：

一百多年前，佤山十八部落都采纳了达赛玛“以舞蹈代替砍头祭祀”的主张，各个部落歌舞升平，生活美满。为推广和发展歌舞活动，十八部落的头人商议，进行一次舞蹈大赛，优胜者得尊为十八个部落的老大哥。舞蹈大赛定在南腊的焦山举行。评比的标准是：比哪个部落的舞跳得刚劲有力；比哪个部落的伴奏乐曲花样多；比哪个部落的服装好看；比哪个部落的舞者长得漂亮等。

是日，众舞者分别由十八个部落的王子带领汇集焦山，在熊熊火光照耀下起舞，由十八个部落的王子共同评议。整整跳了十八天十八夜，剽牛十八头、杀猪十八头、杀鸡一百八十只、吃了辣子一百八十串、吃了大米一百八十箩。十八个部落的舞蹈个个刚劲，十八个部落的乐器各有特点，十八个部落的舞者个个漂亮，十八个王子争得面红耳赤，还是评不出优胜者来。这时，一位老者提议说：谁做老大是由神决定的，还是问问神吧，众人同意。于是找来一张篾桌，献上贡品，满桌装满米花。一个部落一个部落地跳，谁能把桌上的米花跳得飞起来，谁就是老大。十八个部落又开始轮流唱跳，一天过去了，两天过去了，十八个部落有十七个跳了最美的舞蹈，桌上的米花还是没有飞起来。最后轮到班老部落了，班老王子选用了十六面大铓、四十八个钹（大中小各十六个）和若干个“水鼓”伴奏。一时间跺地声阵阵，歌声飞扬，铓声、锣声、鼓声震天响，篾桌上的米花飞了起来，班老部落获得了第一。

蜂桶鼓舞的特点是热烈、奔放、节奏感强。“跳新房”的舞步基本上是上一步身前俯，退一步，腿前抬，上则跺地有力，退则气度轩昂。击鼓者都在里圈，众舞者在外圈，按逆时针方向且唱且舞。每唱完一段。随着鼓声，男舞者呼“嘿嘿！西嘿哈！西泽西泽！西嘿哈”，女舞者呼“西者西者！哎西泽！西者西者！哎西者”。男唱女合，男的唱词内容多变，女的唱词始终合以没有实在意义的衬词，诸如“嘿哎尼衣哈嘿嘿尼、嘿嘿尼嘿”等类。男舞者唱词如：人从石洞出来，雀和鸟与人去做窝，人砍房子的大梁，要盖房子避雨”、“人看见蚂蚁跳，就跟着蚂蚁跳，盖好了房子，就敲锣打鼓来庆贺”等等之类，也唱些亘古历史，很富有感情。

水鼓舞的动作变化主要在于打击乐伴奏者，伴奏乐器除蜂桶鼓外还有镲、铓等，其鼓不分“公”鼓“母”鼓，但一个鼓分“公”面“母”面。击鼓者左手掌敲击“公”面，右手掌用布包裹的鼓槌敲击“母”面。左右手配合巧妙，右重左轻，按节奏敲击。击铓击钹者与之配合，其声粗犷豪放，催人奋进。其舞步点、跺、踮、抬、踢、蹬不断变化；其身俯、仰、蹲、转幅度很大，热烈奔放、豪迈至极。跳到兴起击鼓者与击镲者对舞，拧身、转身灵活自如。每跳完一段，由一男性老人唱“门班老奖翁哈员，打艾贡革斤希拉儿，毛贡莫毛开哎巴永，落老如格翁毛贡打（班老地皮如鼓面，敲响水鼓人欢腾，鼓绳金子做，说话老实如鼓绳）”。水鼓舞的众舞者动作随意性较大，一般为拉手或扣手围圈，自然向逆时针方向走动。

蜂桶鼓舞至今在民间盛行未衰，特别是“跳新房”舞已经普遍推广，成为一种佤族民间喜庆舞蹈，近年来经文艺工作者加工整理已搬上舞台，在第三届中国艺术节，加工整理后的《跳新房》参加了《跳云南》文艺晚会演出，并被选调进北京演出。（王世雄）

## (二) 音乐

## 说 明

《跳家》音乐分为两个部分，即打击乐和演唱曲。打击乐器由三个蜂桶鼓组成。分公、母、儿鼓。公、儿鼓为高音鼓，母鼓为低音鼓，用手掌击鼓，边击边舞，打击乐声中加入男女喊声，节奏明快，气氛激烈。无限反复。演唱曲无乐器伴奏，自唱自舞。唱段分为歌词、衬词两个部份，歌词可表达一定的生活内容，也可即兴性的发挥，均为男舞者演唱，首先由一名男舞者起头领唱，众男跟随齐唱。衬词均为女舞者演唱。形成男女声两个声部，旋律优美，流畅、别具风格。一般演唱完一至三段歌词结束后，接打击乐曲。打击乐曲和演唱曲依次来回反复。

《水鼓舞》只用打击乐伴奏，乐器有鼓（水鼓）镲、大、中锣组成。水鼓分公母面。小面为公面，大面为母面；公面为高音、母面为低音。左手掌击公面，右手执鼓棒击母面，发出“度度度度咚”之声响。中间停顿时加入喊声或者即兴性演唱民歌一首，再继续边击边舞，无限反复。左手击鼓声响为“度度度度”。右手击鼓声响为“咚”。镲按乐谱所示敲击。

## 曲谱

## 跳 家 一

2/4 ♩ = 112

欢快，有力地

传授 卫生强  
记谱 鲍志明

锣鼓字谱	: 冬 扑   扑 冬   冬 冬   扑 冬   扑
公 儿 鼓	: × 0   0 ×   × ×   × 0   0 ×
母 鼓	: 0 ×   0 ×   0 0 ×   × 0   ×
喊 男	: 嘿 0 嘿   西 嘿 哈   0 0   0 0
声 女	: 0 0   0 0   西 者   西 者   哟 西 者

锣鼓字谱：冬 扑 冬 扑 | 扑 冬 扑 | 冬 冬 冬 扑 | 扑 冬 扑 |

公 儿 鼓：× 0 × 0 | 0 × 0 | × × × 0 | 0 × 0 |

母 鼓：0 × 0 × | × 0 × | 0 0 × | × 0 × |

喊 男 西 泽 西 泽 | 西 海 哈 | 西 泽 西 泽 | 西 嗨 哈 |

声 女 西 者 西 者 | 哎 西 者 | 西 者 西 者 | 哎 西 者 |

## 跳 家 二

1= B 2/4 ♩ = 50

译词 传授 李岩板  
记谱 鲍志明

6 i 2 i 6 | 6 i 6 | i 2 i 6 | i 6 . | i 6 i 6 2 |

汉字记音(领)嘿 哟 秧 高 (男合)艾 给  
 译词 1、嘿 哟 我们 从 “司 岗

6 6 | 6 . 0 | 5 3 . 5 6 |  
 西 念 让 哈, (女唱)嘿 嘿哎  
 西” 出 来 哈, 嘿 嘿哎

6 i 6 2 | i 6 . 1 1 6 | 6 6 |  
 尼 衣 哈 哟嘿 嘿 嘿 嘿 嘿尼 嘿。  
 尼 衣 哈 哟嘿 嘿 嘿 嘿 嘿尼 嘿。

6 0 0 : |

## 译词

2、人从“司岗里①”出来，嘿、嘿哎，尼衣哈嘿，嘿嘿尼嘿。

雀鸟与人去做窝，嘿，嘿哎，尼衣哈嘿，嘿嘿尼嘿。

人砍大梁盖房子，嘿，嘿哎，尼衣哈嘿，嘿嘿尼嘿。

3、金色的草房盖起来，嘿，嘿哎，尼衣哈嘿，嘿嘿尼嘿。

我们敲鼓来庆贺，跳新房、唱新房嘿，嘿哎，尼衣哈嘿，嘿嘿。阿佤新房真热闹。

嘿，嘿哎，尼衣哈嘿，嘿嘿尼嘿。

注：“司岗里①”意为出人的葫芦，佤族传说人类是从一个大葫芦里出来的。

## 水 鼓 舞

2/4 ♩ = 72

自豪地

传授 王江地  
记谱 鲍志明

锣鼓字谱		度 度 度 度				度 度 度 度				咚				度 度 度 度				度 度 度 度			
水	鼓	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
镲		×	×			×	×			×	×			×	×			×	×		
中		×	0			×	0			×	0			0				0			
大		0	×			0	×			0	0			0	0			0	0		
		度 度 度 度 咚				咚 咚				度 度 度 度				咚							
		×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
		×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	0	0	0	0	0	0	0	0
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

	咚	咚	度度度度	咚	度度度度	度度度度	
	×	×	<u>× × × ×</u>	×	<u>× × × ×</u>	<u>× × × ×</u>	
	×	×	×	×	×	×	
	×	<b>0</b>	×	<b>0</b>	×	<b>0</b>	
	<b>0</b>	×	<b>0</b>	×	<b>0</b>	×	

	度度度度	咚	度度度度	度度度度	度度度度	咚	
	<u>× × × ×</u>	×	<u>× × × ×</u>	<u>× × × ×</u>	<u>× × × ×</u>	×	
	×	×	×	×	×	×	
	×	<b>0</b>	×	<b>0</b>	×	<b>0</b>	
	<b>0</b>	×	<b>0</b>	×	<b>0</b>	×	

	度度度度	咚	度度度度	咚	咚	咚	
	<u>× × × ×</u>	×	<u>× × × ×</u>	×	×	×	
	×	×	×	<u>× ×</u>	×	×	
	×	<b>0</b>	×	<b>0</b>	×	<b>0</b>	
	<b>0</b>	×	<b>0</b>	×	<b>0</b>	×	

<u>度度度度</u>	咚		咚	咚		<u>度度度度</u>	咚	
<u>××××</u>	×		×	×		<u>××××</u>	×	
×	×		×	×		×	×	
×	<b>0</b>		×	<b>0</b>		×	<b>0</b>	
<b>0</b>	×		<b>0</b>	×		.	<b>0</b>	×

### (三) 造型服饰道具

#### 造 型



男青年



女青年

#### 服 饰

着一般生活装即可，参看“芦笙舞”服饰说明。

#### 道 具

蜂桶鼓、 、镣（均见统一图）

#### (四) 动作说明

##### 道具执法

- 1、“跳家”执鼓法：鼓节背在左肩，挎鼓于左胯部。（见男青年图）。
- 2、“水鼓舞”执鼓法：鼓带背在右肩，横置鼓于腹前，左边的鼓面为“公”面，右边的鼓面为“母”面。右手执鼓棒，左手掌五指并拢。



##### 执水鼓法

###### 1、跳家（高捏考）

###### 众舞者动作

第一~二拍 右脚向前上一步，左腿屈膝后抬，身前俯。

第三拍 左脚落地，同时右腿前抬，身后仰。

第四拍 右脚于左脚前踩地，双膝伸直，身前俯。

###### 鼓手动作

手上动作：按打击乐谱所示击鼓

第一拍 右脚向右移一步，同时左腿屈膝旁抬。  
(见图 92)。

第二拍 右脚原地踮一下。

第三拍 左脚落于右脚旁，同时右腿稍前抬，身微后仰。

第四拍 右脚于左脚旁踩地一次。

###### 2、水鼓舞

###### 击鼓者动作：

第一~四拍 左脚向前一大步，身随节奏慢慢前俯  
(见图 93)，右腿屈膝拖步于左脚后脚尖点地，左手不断击鼓至第三拍，第四拍右手击鼓一次。

第五~八拍 重心移往右脚，脚跟着地，双膝稍屈，身慢慢起至后仰，目视地面；左手不停地击鼓至第七拍，第八拍右手击鼓一次(见图 94)。



图 92



图 93



图 94

第九~十二拍 左脚向前蹬，脚跟着地后，上身随节奏，身慢慢前俯，右手击鼓二次后，左右手各再击鼓一次。

第十三拍 重心移往右脚，同时左腿屈膝前抬，右手击鼓一次。

第十四拍 左脚向前蹬，同时右脚原地踮一下，右手击鼓一次。

第十五拍 左脚落地屈膝，同时右“小腿后抬”身前俯（见图 95）。

第十六拍 左脚原地踮一下，右手击鼓。

第十七~二十拍 右脚落地，左脚向前蹬一步，同时向左碾转四分之一圈，左脚落地右腿屈膝拖步于左脚后脚尖点地，击鼓动作与一至四拍相同。

第二十拍~二十三拍 重心移往右脚，身慢起微后仰，右手击鼓。

第二十四拍 左脚向前蹬，同时右膝屈，右手击鼓（见图 96）。

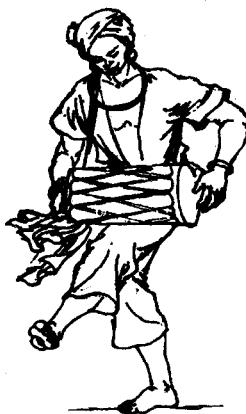


图 95



图 96

第二十五拍 左脚向前上一步，同时，“小腿后抬”，身前俯，左手击鼓。

第二十六拍 左膝屈伸一次，右手击鼓。

第二十七拍 右脚向后落地，同时左腿前抬，左手击鼓。

第二十八~二十九拍 左脚向前蹬出落地，同时右“小腿后抬”，身前俯，右手击鼓。

第三十~三十一拍 右脚向右移一步，左“小腿后抬”，同时，向右转身四分之三圈，右手击鼓二次，左手击鼓一次（见图 97）。

第三十二拍 左脚落于右脚前，右手击鼓。

第三十三拍 左脚向前上一步，同时，右“小腿后抬”，右手击鼓。

第三十四拍 左腿屈膝，右腿屈膝拖步于左脚后脚尖点地，身前俯，右手击鼓。

第三十五拍 重心移往右脚，同时左脚前抬，左手击鼓。

第三十六拍 左脚向前蹬一步，同时右腿屈膝。

镲舞者动作：

第一~八拍 脚的动作与鼓舞者动作一至八拍同，一拍击镲一次。

第九~十六拍 重复一至八拍动作。

第十七~二十拍 右脚向前蹬一步落地同时向左碾转四分之一圈，左脚尖点地，身前俯，一拍击一次镲（见图 98）。

第二十一~二十四拍 重心移往左脚，身慢慢直起后仰，双手于胸前击镲四次。

第二十五拍 右脚向前蹬出，同时左腿屈膝，击镲一次。

第二十六拍右脚落地，身前俯，左腿屈膝拖步于右脚后脚尖点地，击镲一次。

第二十七拍 左腿微抬起。

第二十八拍 左脚落地，屈膝同时右脚向前蹬出。

第二十九拍 右脚落地，同时左腿微抬起，身向左拧，目视左下方，击镲一次（见图 99）。



图 97



图 98



图 99

第三十拍 左脚向前蹬一步落地，同时向左碾转四分之三圈，击镲一次。

第三十一拍 双膝屈，身前俯。

第三十二拍 重心移往右脚，身直起，击镲一次。

第三十三~三十六拍 脚的动作与鼓舞者的一至四拍同，一拍击一次镲。

#### 舞者动作

舞者二人，一人执中鎔，一人执大鎔，脚的动作与镲舞者动作相同，按打击乐谱所示击鎔，中鎔击第一拍，大鎔击第二拍，交错进行。

#### 众舞者动作

面对圆心手拉手走“弹动步”，向逆时针方向跳转。

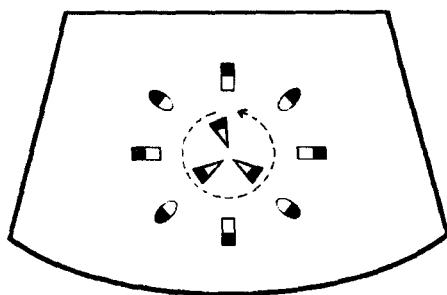
#### 角 色

男 舞 者	■
女 舞 者	●
伴奏领舞者	▲

### (五) 跳法说明

#### 1、跳家

舞者人数不限，围成两圈，三男击鼓者在里圈伴奏领舞，其余舞者在外圈手拉手或“扣手”面对圆心站立。



#### 【跳家一】

[1] ~ [8] 面对圆心逆时针方向跳转，重复“跳家”的一至四拍动作，舞完曲止。

#### 【跳家二】

[1] ~ [8] 一男舞者领唱，众舞者齐唱，走“弹动步”一拍一步，无限反复，舞完曲止。

#### 2、水鼓舞

人数不限，伴奏领舞者围在里圈，其余舞者围在外圈，拉手，或两手自然摆动。

#### [水鼓舞]

伴奏领舞者按乐谱敲击，众舞者随之走“弹动步”一拍一步无限反复，舞完曲止。

传 授	李岩板	陈倒嘎	卫生强
	李叶草	王江地	王岩芸
	保赛块		
编 写	鲍志明		
绘 图	刘永根		
执行编辑	王世新	鲍志明	彭成芳

# 儿 童 舞

## (一) 概 述

佤族民间儿童舞比较丰富，它不受地点、场合限制、男女儿童即兴参加，且唱且跳，无乐器伴奏。

沧源收集到的儿童舞有《黄泡黄》、《花生跳》、《路平平》、《团团转》、《泉水流》、《卷叶子》、《拉手舞》等；西盟收集到的有《小红米长》、《抢“牛肉”》、《摘树果》、《下霜舞》、《卷叶子》、《小黑鸟》、《鹤鹑飞》、《高高的月亮》、《芒果树》、《蹦跳的小马》、《小马铃舞》、《荡秋千》、《采黄菌不采白菌》、《小花鸟》、《妈妈煮小豆》、《爸爸杀小鸡》、《蔬菜长》、《摘绿子果》、《岩两家的狗》、《漆黑的小淋果》、《黄精臭》等。

沧源佤族儿童舞有的男女皆跳，而《泉水流》和《卷叶子》则仅限于女童，这两种舞类似儿童游戏，但动作都在一定的节奏下进行。舞者仅限四人，每二人一组，轮番做不同动作，且唱且舞，唱与舞和谐自然。其他舞男女儿童皆宜，不受人数限制，随时随地都可拉手或扣手围圈而舞，或是二人一对背靠背手扣手唱唱跳跳。

沧源儿童舞的动作与成人舞蹈动作相似，但动作力度远不如成人舞蹈有力粗犷，更轻巧、欢快、敏捷。身随步动，手随身动，基本步法：弹动走步、跺步、抬腿、踢脚、转身。双脚并跳等为多。每一个舞蹈组合都有节奏鲜明的儿歌唱段，许多唱词类似艺诀，可以说明某一个舞蹈的某种特点，诸如：《花生跳》中唱的“象花生一样，一串串穿起来，象生姜一样一饼饼并起来”，《路平平》中唱的：“平地宽、平地宽，人从两边走，舞在中间跳”，《团团转》中的“围起来，又散开，象橄榄树一样扭起来”等等，其形象的比喻是为其舞蹈动作的要领。

西盟儿童舞从内容上看，有反映友好往来，团结友爱的如《小黑马》、《卷叶子》之类；有反映生产劳动的如《小红米长》、《摘树果》之类；有表现佤族儿童审美情趣的《鹤鹑飞》、《芒果树》之类。还有象《抢“牛肉”》一类舞蹈，则又是模仿成人的舞蹈。《抢“牛肉”》模仿的是“砍牛尾巴”活动时，长辈们抢“牛肉”时的舞。秋天，他们从旱谷地里挑出一个又粗又长的黄瓜，用四根竹棍插入瓜内当作牛的四肢，再采一株草插在瓜的一端当作牛尾巴。众人围着喝采着，时时亮出小刀，当其中一人砍断“牛尾巴”时，大家就一涌而上抢割“牛肉”，谁割到的最多，谁就会受到大家的尊重。

西盟佤族儿童舞男女皆宜，不受地点时间限制，即兴且唱且舞，大家共乐。有的歌词有问有答、说、唱、跳结合。形式上多为圆圈舞。手的动作多为拉手、击掌为主，基本步法有单脚点跳、对跳、掌击腿侧等，其动作敏捷、欢快、灵活多变，表现了佤族儿童天真、活泼、憨厚、诚实的性格。

(王世雄)

## (二) 音乐

## 说 明

“儿童舞”音乐无乐器伴奏，边唱边舞。有的歌词有问有答，说、唱、跳相结合，旋律欢快、活泼。

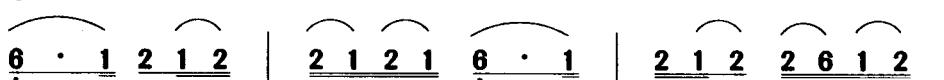
## 曲谱

## 黄 泡 黄

1=F 2/4 ♩ = 80

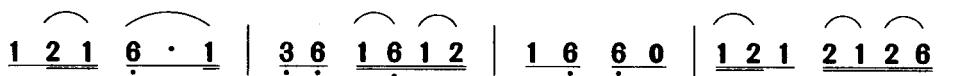
活泼风趣地

传授 田叶拉  
译词 记谱 鲍志明



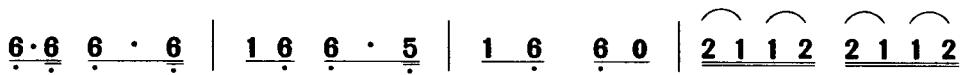
(汉字记音) 歌 赛呀 赛 伟 豪， 考 地 勤 考

(译词) 黄 泡多来 黄 泡 黄， 权权 树 枝



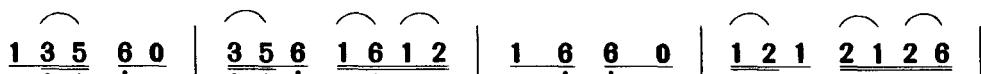
比 伟 豪。 古嘎 官 赛 翁东 柒， 龙 亮 孔 啊

结 满 果。 串串 黄 泡 象 金 珠， 逗 得 男 女 孩

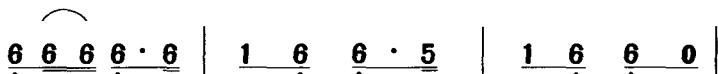


别 呀 别 呀， 赛 呀 别 呀 赛 呀 别， 洗 官 哟 地

摘 呀 摘 啊， 摘 呀 摘 啊 摘 呀 摘， 男 孩 女 孩



别龙 亮， 别 嘎 代 地 朵 嘎 朵， 龙 亮 孔 啊  
真逗 趣， 掉 进 嘴 里 嘴 又 嘴， 围 着 树 枝



稿 啊 别 呀， 赛 啊 别 呀 赛 啊 别。  
跳 又 转 呀， 跳 又 转 呀 跳 又 转。

### 花 生 跳

1=F 2/4 ♪ = 72

传授 田叶改  
记谱 鲍志明



(汉字记音) 争 代 惹 茸， 烂 烂 西  
(译词) 象 花生 一 样， 一 串 串

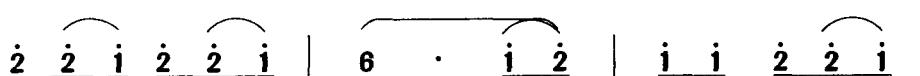


传 西 伟， 西 近 安 诡 代 诡 丛。  
串 起 来， 生 姜 一 样 一 饼 饼。

### 路 平 平

1=G 2/4 ♪ = 72

传授 田叶菁  
记谱 李 岳  
译词 鲍志明



(汉字记音) 加 零 加 零 赛， 考 地 加 零  
(译词) 平 地 平 地 宽， 树 枝 放 朝

6 0 | 2 2 i 2 2 i | 6 . i 2 | i i 2 2 i |

赛， 加零 加零 劳， 考地 加零  
下， 平地 平地 宽， 树条 放朝

6 0 | x x | x 0 : ||

劳。 (跺脚声)

上。

译词 2、平地平地宽，人在中间走，平地平地宽，舞在中间跳。

### 团 团 转

1=D 2/4 ♦ = 84

欢快、跳跃地

传授 白叶红  
译词 记谱 鲍志明

(汉字记音) 艾 扰 来 崩 伴， 艾 围  
(译词) 围 起 又 散 开， 象 橄 榄 树

2 2 6 6 | 3 3 | 6 6 0 | 6 6 2 6 |

考西 灭， 沐 沐 顶 啊， 顶 啊 帅 啊  
扭起 来， 扭 扭 起 来， 跳 呀 蹤 呀

6 6 0 | x x | x 0 | x x |

顶 啊， (喊声) 顶 顶 赛， 赛 赛  
唱 呀。

x 0 : ||

瓦。

## 泉 水 流

1=D 2/4 ♫ = 72

欢快活泼地

传授 李依松  
译词 记谱 鲍志明 杨国进

3 3 2 3 | 2 6 . 6 | 3 2 1 2 3 |

(汉字记音) 希 翁 茸 尤 里 别 巍， 西 翁 茸 不

(译词) 清 清 泉 泉 往 下 流， 溅 起 水 花

6 6 . 6 | 3 3 2 3 | 2 6 . 6 | 3 2 1 2 3 |

别 买 让， 给 哟 零 哟 蹬 西 老， 古 格 古 脊

清 又 亮， 跳 呀 蹦 呀 唱 起 来， 人 人 心 欢

6 . 6 3 | 6 . 6 0 ||

格 茸 壹 沙 呀。

喜 心 欢 喜 呀。

## 卷 叶 子

1=G 2/4 ♫ = 84

欢快活泼

传授 白依相  
译词 记谱 鲍志明 杨国进

||: i - | i - | 6 i |

(汉字记音) 巴 巴 腊 儿

(译词) 卷 卷 卷 叶

6 0 | i i | 6 6 | i i |  
 嘿，巴腊扰腊 | 拐卷儿起  
 子，一 层 层 叶 卷 起

6 0 :||

嘿。

来。

译词 2、跳呀唱呀多热闹，象裹叶子卷起来。

### 拉 手 舞

1=C 2/4 ♩ = 72

愉快地

||: 1 1 5 | 5 - | 5 3 1 |

(汉字记音) 脊 莫 杂 丛, 血 默 沐

(译词) 谁 放 掉手 脚,

传授 肖叶弄  
译词 记谱 鲍志明

5 - | 5 3 1 | 5 - :||

巴, 血 嘎 地 英。

钱, 赔 千 头水 牛。

译词 2、脚手拉得紧，送银子白两，送千头水牛。

3、搭脚拉紧手，转阿跳呀多愉快。

### 小 红 米 长

1=C 2/4 ♩ = 54

活泼风趣地

记谱 李云昌  
配歌 高立旗

2 i 2 i 6 | 6 2 i | 2 i 6 6 | 2 i 2 i 6 |

(记音)孙 心 孙 心 个 伙, 孙上 孙上 个 歹, 孙 心 孙 心 个

(译词)野 莽 菜 好 吃, 越 吃 越 好 吃, 野 莽 菜 好

6 2 i | 2 i 6 6 | i 6 6 2 | i 6 6 2 |

伙，孙上 孙上个歹，牛歹来牛 牛歹来  
吃，越吃 越好 吃，就象 酸筍 一个 样

2 2 2 2 | i 6 6 2 | i 6 6 | 5 i 6 |

喝吗喝吗 喝牛歹来牛 牛歹来，勒 洞给  
有 香 有甜 又有 酸，又 有 酸， 嗨 嗨 啦

i 5 | i 6 i | 6 6 6 2 | 6 6 6 2 |

洞， 勒 洞给 洞。 牛歹来牛 牛歹来  
嗨， 嗨 嗨 啦 嗨。 小红 米长 得好

2 2 2 2 | 6 i 6 6 2 | 6 6 6 | 5 i 6 |

喝吗喝喝 喝牛歹来牛 牛歹来， 来 多啦  
越 长 越好 越长 越好 长得 好， 嗨 嗨 啦

i 5 | i 6 i | i 6 6 2 | i 6 6 2 |

多 来 多 啦 多， 牛歹牛来 牛 歹来，  
嗨 嗨 啦 嗨， 就象 手掌 发 权多，

2 1 2 2 | 6 i 6 6 2 | i 6 6 | 5 i 6 |

喝吗喝吗 喝牛歹来牛 牛歹来。 勒 洞给  
苗 棵 又高 又粗 壮 又粗 壮。 嗨 嗨 啦

i        5 | i \_ 6    i || 说      白  
 洞      勒      洞 给 洞!  
 嗨      嗨      嗨 啦 嗨!

||: 2 \_ i    2 \_ 2 | 2 \_ i \_ 6    2 | 2 \_ i    2 \_ 2 | 2 \_ i \_ 6    2 : ||  
 登 古 登 古      登 古      登,      登 古 登 古      登 古      登。  
 嗨 伙 嗨 伙      嗨 伙      嗨,      嗨 伙 嗨 伙 嗨 伙      嗨。

## 摘 树 果

1=C 2/4 ♩ = 78  
 欢快跳跃地

6 \_ 6    5 \_ i \_ 6 | 6      5 | i \_ 2    2 \_ 2 |  
 (汉字记音)背 背 贡      追 雷,      背 归 当 雷  
 (译词) 摘 树 果      哟      嗨      摘      树

2 \_ i \_ 6    6 \_ 5 | 6 \_ 6 | 5 \_ i \_ 6    6 | 5 \_ i \_ 2 |  
 叻 个 追 雷,      背      背 归      追 雷, 背 归  
 果 哟 嗨,      把 熟      的 摘 子      呀 熟 的

6 \_ 2 \_ 2 \_ i \_ 6 | 6      5 | 6 \_ 6    5 \_ i \_ 6 | 6      5 |  
 般 雷 叻 个      追 雷,      背 背 个      追 雷,  
 摘 了 生 的      留 下,      生 的 留 下      呀。

## 芒 果 树

1=C 2/4 ♩ = 70

豪放地

2 6 6 | i 6 6 | 2 2 2 2 | i 6 6 ||

(汉字记音) 洛 嘿 养 洛 嘿 养 洛 而 秧 儿 洛 秧 儿。

(译词) 芒 果 树 芒果 树 大路 就在 你旁 边。

译词 2、路边有两个大水塘，一个混来一个清。

3、背着的小娃肉皮白，比清水塘里的鱼还白。

## (三) 造型服饰道具

## 造型



西盟男



童沧源男童



西盟女童

## 服饰

1、沧源男童缠蓝布包头。穿蓝色长袖大襟衣，脖戴项圈。黑色大脚裤，稍短。系蓝腰带，戴手镯。

2、西盟男童戴项圈，臂箍、手镯，暗红色对襟无领褂，黑色大脚裤，裤头白色，裤脚稍短。

3、沧源女童戴项圈、手镯，穿黑色长袖大襟衣，系黑布腰带，下着裙，以锗色为底，

黑、白、蓝线纹相间。

4、西盟女童脖戴项圈及红串珠，戴臂圈、手镯。腰系芦谷米串珠。上身无袖无领黑色挂，下穿绛红底裙。

#### (四) 动作与跳法说明

##### 1、黄泡黄

第一~二拍 起右脚向前做“一步踢”。

第三~四拍 起左脚向后退做“一步踢”。

第五~八拍 做第一至四拍动作。

第九拍 左脚向前上一步。

第十~十二拍 右脚靠拢左脚旁跺地三次，身随势起伏（见图 100）。

第十三~十四拍 起右脚向后退做“一步踢”。

第十五~十六拍 起左脚向前做“一步踢”。

第十七~二十拍 做第十三至十四拍动作。

第二十一~二十二拍 起右脚向后退做“一步踢”。

第二十三~二十四拍 起左脚向前做“一步踢”。

第二十五~二十八拍 做第二十一至二十四拍动作。

第二十九~三十拍 起右脚向前做“一步踢”。

第三十一~三十二拍 起左脚向前做“一步踩”。

第三十三~三十六拍 做第九至十二拍动作。



图 100



图 101

##### 跳法

准备动作：女舞者四人，二人为一组，分为甲、乙、丙、丁，站成两排面对面，甲的右手搭在乙的肩上，乙的右手屈肘抬于右耳旁与甲的右手相拉，二人的左手于甲的小腹前相拉，丙、丁与甲、乙相同。边唱边舞，反复多次。

传 授 田叶拉 田叶改

编 写 鲍志明

##### 2、花生跳（争代）

第一~四拍 左脚原地一拍跳一次，双手在胸前一拍拍掌一次（见图 101）。

第五~十二拍 向逆时针方向，左脚一拍跳一次，同时双手在胸前一拍拍掌一次。

### 跳法

准备动作：四人围圈，背对圆心，右小腿后抬相互扣搭，边唱边舞，向逆时针方向跳转，反复多次。

传 授 田叶拉 田叶革

编 写 鲍志明

### 3、路平平（呆儿冷赛）

第一拍 左脚向左方走“弹动步”一步。

第二拍 右脚靠于左脚后成“踏步”，  
身随势微侧（见图 102）。

第三~四拍 做第一至二拍对称动作。

第五~十二拍 做第一至四拍动作二次。

第十三~十四拍 做第一至二拍动作。

第十五拍 右脚向左方走“弹动步”一步。

第十六拍 左脚向右方走一步于右脚前。

第十七~十九拍 右脚在左脚旁跺三次，左膝随之弹动身随势起伏。

### 跳法

准备动作：女舞者多人围圈面对圆心，双手相互搭肘，边唱边舞，向逆时针方向跳转，反复多次。



图 102

传 授 田依革 田叶改

编 写 彭成芳

### 4、团团转（艾路列）

第一~八拍 起左脚，原地一拍一次换

脚踏步，身随势左右微摆（见图 103）。

第九~十拍 原地“双脚跳”二次。

第十一拍 两人稍分开，往下“半蹲”（见图 104）。



图 103



图 104

**第十二拍 站起。**

**第十三~十六拍 做第九至十二拍动作。**

**第十七~十八拍 向右“双脚跳”二次，边跳边向右转身半圈。**

**第十九拍 往下“半蹲”。**

**第二十拍 站起。**

**第二十一~二十四拍 做第十七至二十拍动作。**

#### **跳法**

**准备动作：**舞者二人一对，背靠背站立，双肘向后相互扣起，边唱边舞，反复多次。

传 授 保叶红 白叶红  
编 写 鲍志明

#### **5、卷叶子（布阿拉）**

**第一~十四拍 两组面对面，同时向前一拍跳一次做“并跳步”，二组往一组的手门下穿过（见图 105）。**

**第十五~十六拍 手放开同时向左做“并跳步”一次，转身半圈，两组交换位置换成二组拉手，一组搭肩拉手。**

#### **跳法**

**准备动作：**舞者四人，分为两组。

**一组：**甲的左手，乙的右手抬于左、右上方相拉。

**二组：**丙的右手搭在丁的肩上，左手



图 105

抬于肩上与丁相拉，丁的左手搭在丙的肩上，右手抬于右肩上与丙相拉，边唱边舞，反复交换位置跳。

音乐《卷叶子》无限反复 [1] ~ [14] 各自向前跳十四步，二组从乙组的手下穿过。

[8] ~ [14] 两组交换位置转身。

传 授 白依相 李依相  
编 写 鲍志明

## 6、泉水流（庶草）

第一~四拍 两组同时起左脚，向前做“三步踩”。

第五~八拍 起左脚向后退四步，身随势。

第九~十六拍 做第一至八拍动作。

第十七~十八拍 向前做“并跳步”一次。

### 跳法

准备动作：女舞者四人，二人为一组，分为甲、乙、丙、丁，站成两排面对面，甲的右手搭在乙的肩上，乙的右手屈肘抬于右耳旁与甲的右手相拉，二人的左手于甲的小腹前相拉，丙丁与甲乙相同。动作一致，边唱边舞，反复多次。

传 授 白叶红 保叶红  
编 写 鲍志明

## 7、拉手舞

### 跳法

音乐《拉手舞》无限反复，舞者四人拉手围圈，分甲、乙两组，甲组为一、三，乙组为二、四。

甲组自然站立，乙组平躺地面，二人脚掌相碰，双手与甲组相拉，乙组双脚拍蹬地面靠腿，腹肌及手臂的边往上顶，身离地面，甲组向逆时针方向小跑步，带动乙组旋转。（见图106），边唱边舞，反复多次。



图 106

传 授 肖叶弄 李叶南  
编 写 鲍志明

## 8、小红米长

### ①、众舞者动作

**第一拍** 手指稍握拳，掌心相对向内，双手分别从左、右腿推出至膝盖后打开十指，掌心向下，擦腿拉回。

**第二拍** 做第一拍动作。

**第三拍** 双手半握拳，手心向前，屈肘抬于左上方，手指打开，头向右摆，目视左前方（见图 107）。

**第四~五拍** 做第一至二拍动作。

**第六拍** 做第三拍对称动作。

**第七~十二拍** 做第一至六拍动作。

## ②、领舞者动作

**第一拍** 左脚跳进第一组两脚中间，

同时右小腿后抬，双手在胸前

拍掌一次（见 108 图）。



图 107



图 108

**第二拍** 右脚跳进第二组两脚中间，同时左小腿后抬，双手在胸前拍掌一次。

**第三~十二拍** 做第一至二拍动作，依次往下跳，跳到另一端后再跳回原位。

**第十三~三十八拍** 众舞者坐姿不变，双手一拍一次在左、右耳前拍掌，头随手摆，目视相反方向（见图 109）。

领舞者立于中间，手上动作与众舞者相同。

**第三十九~四十四拍** 众舞者一拍一次边击掌边站起，围成一个大圆圈。

领舞者立于圆心内，双手在胸前拍掌。

**第四十五~六十拍** 做第三十九至四十四拍动作。



图 109

### ③、问答

众舞者立而击掌，头随手摆，目视相反方向。

领舞者右手指一舞伴问道：“美本坡”（意即你背什么）？

答：“我背鸡”？

依次问：“美本坡”？

答：“我背米”！“我背菜”！

问：“扣儿奔坡”？（我背什么）

众合：“哎……哈”

领舞者：双手在左耳前拍掌一次，同时问一伴舞者：“苦克拉”！

答：“克罗”。

依次指向，回答不变。

### ④跳圆圈

众齐喊：“哎……哈！”同时领

舞者与众舞者一起双手搭在大臂上相

拉半蹲（见图 110）。

唱着“结束句”，“登古登古登古登”；

做“并跳步”向逆时针方向一拍二次

跳八次，向顺时针

方向做“并跳步”一拍二次跳八次。

### 跳法

准备动作：众舞者人数不限，两人一组，面对面坐成两横排，双脚向前伸直打开与肩宽，脚掌相合，脚尖向上。

领舞者站“小八字步”立于两横排一端中间，面对众舞者。

音乐《小红米长》无限反复

[1] ~ [6] 众舞者做第一至六拍动作二次，领舞者跳进各组两脚中间。

[7] ~ [19] 原地拍掌。

[20] ~ [30] 边拍掌边围成一个大圆圈，向逆时针方向和顺时针方向跳转。

结束句音乐围成圆圈向逆时针方向及顺时针方向跳。

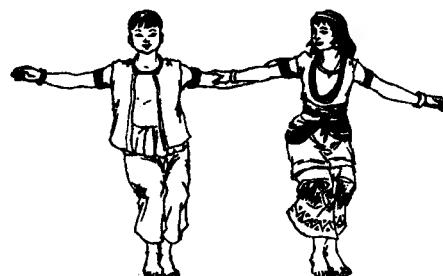


图 110

传 授 娜 唤  
编 写 尼 早 孔玉玲 高立旗

### 9、摘树果

第一拍 双膝稍屈做“并跳步”二次，同时双手分别拍臀部两侧二次（见图 111）。

第二~九拍 做第一拍动作八次。

第十~十六拍 第一组做“并跳步”一拍跳二次，起跳时向右转身四分之一圈，向左横跳十四次，同时双手一拍二次拍臀部两侧十四次，目视左方，与舞伴交换位置。

其他舞者原地做“并跳步”一拍跳二次。

第二、三、四组动作与第一组相同，每隔三拍起跳一组，依次进行。

### 跳法

准备动作：男女儿童交叉站成圆圈，面对圆心，分为四组，一组为1、5，二组为3、7，三组为2、6，四组为4、8，边唱边舞，反复多次。

音乐《摘树果》无限反复

[1] ~ [5] 原地跳。

[6] ~ [11] 向左方横跳，交换位置。



图 111

传 授 娜 唤  
编 写 尼 早 孔玉玲 高立旗

## 10、芒果树

第一拍 原地做“并跳步”二次，同时  
两手拍臀部二次（见图112）。

第二~八拍 做第一拍动作七次。

### ①、第一组动作

第九拍 前排舞者双脚原地做“并跳步”一拍二次，起跳时向左转四分之一圈，同时右手抬于右上方与舞伴掌心相合，左手拍臀部二次（见图113）。



图 112



图 113

第十~十六拍 保持原姿态，原地做“并跳步”十四次，前排左手，后排右手各拍臀部十四次。

### ②第二组动作

第九~十六拍 前排舞者做“并跳步”，起跳时向右转四分之一圈，向前跳十六次，同时双手分别拍臀部两侧十六次，身前俯，从第一组手门下跳过。

后排舞者动作与前排相同，只是转身时向左转四分之一圈。

第十七~二十四拍 两组同时做第一至八拍动作，面相视，跳到最后一拍时第一组前排向右转身，后排放向左转身，第二组前排向左转身，后排放向右转身，丙组同时转身四分之一圈成两横排，面对面。

第二遍反复跳到第九至十六拍时第一组做第二组动作，第二组做第一组动作。

依次反复进行。

#### 跳法

准备动作：舞者十二人，二人一对，面对面站成两横排，分为二组1、2、3对为第一组4、5、6对为第二组。第一组搭手门，第二组从手门下跳过，第二组搭手门，第一组从手门下跳过，边唱边舞，依次反复。

音乐《芒果树》无限反复

[1] ~ [4] 原地跳。

[5] ~ [8] 第一组原地跳，第二组向前跳，从第一组手门下跳过。

[9] ~ [12] 原地跳到最后一拍转身成两横排面对面。

传 授 娜 品  
编 写 尼 早 孔玉玲 高立旗

---

#### 《儿童舞》

执行编辑 王世雄 鲍志明 彭成芳

绘 图 刘永根

## 丧 葬 舞

丧葬舞就是人们祭奠活动或者敬祈“鬼神”活动所产生和祭祀性舞蹈，有娱神娱鬼之功能。

佤族宗教是“万物有灵”的自然崇拜，其“鬼神”的概念就是各种“精灵”和抽象的自然力量。他们认为鬼神的种类很多，有水鬼、有火鬼、有树鬼、有谷子鬼……人死后也要变成鬼。鬼神世界也和人一样，各种鬼神都要吃，要穿，要生产，也有家庭和家属。鬼神中分有大小，但没有隶属关系，大鬼管大事，小鬼管小事，各种自然现象皆由鬼神所为，所以，人们不论干什么事都要告知鬼神，一切“灾祸”都要做鬼求助，发生什么事做什么事才会得福免灾。因此佤族的宗教活动十分频繁，遇有天灾人祸要做鬼，有了疾病要做鬼，一应大小事都要做鬼看卦。从事这些活动都要边歌边舞，以之迎神，驱鬼，祈祷丰收，求乞人畜平安等。

人死后要做鬼，一是为驱邪，二是让死者灵魂得到娱乐，让他到另一个世界有吃不完的米，穿不完的衣，享不完的欢乐。做鬼活动中跳舞，不仅可以让死者为生者有保佑赐福作用，而且还能表达生者对死者的怀念之情，因此每每丧葬，都离不开歌舞活动。

(王世雄)

### 一、臼棒舞与竹竿舞

#### (一) 概 述

“臼棒舞”和“竹竿舞”是同一种舞蹈，在西盟称“竹竿舞”，在沧源称“臼棒舞”或“织臼棒舞”，“打臼棒舞”，此因用竹竿与臼棒敲击伴奏而得名。

关于“臼棒舞”的由来，民间传说的大意是这样：在很久以前，人们过着衣不遮体，食不果腹，迁徙不定的原始生活。后来，有一个名叫“达惹刚”的人发明了住房，人们才开始安居乐业，以后人们编了“臼棒舞”缅怀“达惹刚”的功绩，并已成习俗，但凡村寨里较富裕或有影响，有威望的老人死后，全寨人举行一次“臼棒舞”，以祭拜或娱乐

死者灵魂，以求祛灾赐福。

每有丧事全寨人禁生产劳动三至五天，人们都要去看望死者、守灵。有的唱歌赞颂死者生前功德，有的跳舞“欢送”死者灵魂，以寄托哀思。他们说：“人虽然死了，但灵魂不死，它到另一个世界同样离不开歌舞，所以我们要唱歌跳舞欢送它”。白棒是佤族舂米的工具，用白棒伴奏，死者灵魂到了另一个世界就有吃不完的米，穿不完的衣。竹子是佤族人盖屋和生产生活不可缺少的东西，敲竹竿为死者“送行”，死者在另一个世界就会有好竹楼居住，有好器皿使用。铜铃伴奏犹如马铃叮当，死者到另一个世界一定会“当官”骑“高头大马”。

这个舞在报丧后第二天至埋葬前，在死者家旁的空旷场地上进行，男女老幼均可参加。击竹竿白棒者为双数（大多为八人），舞者单双均可，既可一人表演，又可分组进行，随着白棒击竹竿的节奏反复跳。舞前，先把两根长五至十米的大竹子平行放在地面，两杆相距一米左右。击白棒者面对面分别蹲在两竹竿外边，每两人握一对白棒，以之击竿或白棒相击发出高低不同，节奏多变的声音为舞者伴奏。舞者则利用两个白棒相击的缝隙在白棒间来回跳动。沧源岩帅一带的跳法是：舞者手持铜铃，从右侧先点步再单起单落跳入白棒之间，马铃声与白棒、竹竿的敲击节奏十分吻合。西盟的跳法有“蚂蚁舞”、“数家谱”、“斑鸠舞”、“豹子舞”、“画眉跳脚舞”、“竹竿舞”六个套路，其区别在于道具和手的动作变化。如“蚂蚁舞”的表演者需肩披棉毯或布单，双手拉开以象征蚂蚁翅膀，表演时随着白棒由慢到快地击打，原地似蚂蚁抖动双翼。《白棒舞》与《竹竿舞》动作轻快，灵活、节奏感强。要求舞者要高度集中，双方配合紧密，否则就会夹着跳舞者双脚。

## （二）音乐

### 说明

《白棒舞》和《竹杆舞》是由两棵竹杆和白棒组成。是一个击竹杆、白棒，与舞蹈相结合的舞种。敲击者为八人，二人一组，每两人一对白棒，分甲、乙、丙、丁组。甲、丙组击竹杆时，乙、丁组将白棒相撞。两组轮换敲击为舞者伴奏。发出高低不同的声响加之舞者摇动铜铃声，气氛热闹，节奏稳定。

### 曲谱

## 白 棒 舞

2/4 ♩ = 80

节奏稳定

传授 田依革  
记谱 鲍志明

锣鼓字谱 (0 0 | 0 0) ||: 格荣 格荣 | 叭 叭 |

铜铃声 (叮 叮 | 叮 叮) ||: 叮 叮 | 叮铃 叮 |

杆击竿 (× 0 | 0 0) ||: × × | 0 0 |

棒相撞 (0 0 | × ×) ||: 0 0 | × × |

格荣 格荣 | 叭 叭 | 格荣 格荣 | 叭 叭 :||

叮 叮 | 叮 叮铃 | 叮 叮 | 叮 叮 :||

× 0 | 0 0 | × × | 0 0 | × × :||

0 0 | × × ) | 0 0 | × × :||



## 竹 竿 舞

2/4 节奏稳定

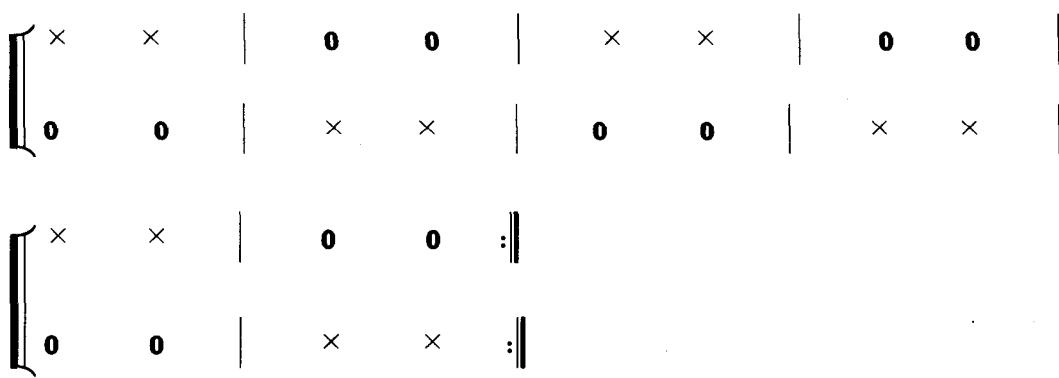
杆击竿 ×××× ×××× | × 0 | 0 0 | ×××× ×××× |

0 0 | 0 ×××× | ×××× × | 0 0 |

× 0 | 0 0 | × × | 0 0 |

0 ×××× | ×××× × | 0 0 | × × |





### (三) 造型服饰道具

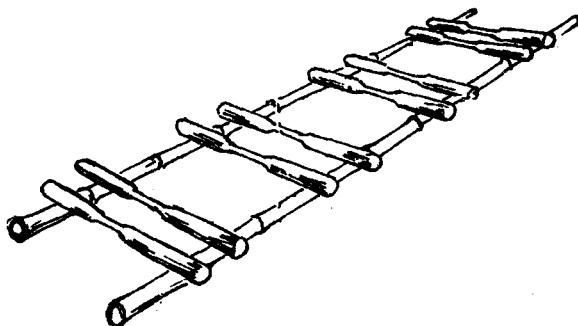
#### 服饰

(西盟服饰同“木鼓舞”服饰)。

1、沧源男青年缠黑布包头，双耳戴环，脖戴项圈。黑色无领长袖大襟衣，系红腰带，腕带手镯。黑色摆裤、白裤头、大裤脚稍短，系黑色裹腿。

2、沧源女青年头缠方巾，以红色为主，加各色花纹图案，双耳戴环。脖戴项圈和红串珠。蓝色长袖无领大襟内衣，外穿黑色无领褂子，右侧开襟，胸有银泡，衣角有织绵花边，下身穿裙，长过膝，上截黑色，下截有红、白、黑三色相间几何图案，系黑色裹腿。  
(各种服饰均见“统一图”)

#### 道具



竹杆和白棒



铜铃

#### (四) 动作说明

道具执法



执铜铃



执毡子



执白棒

基本动作

##### 1、踩步吸腿

第一~二拍 右脚向右方跺地二次  
(见图 114)。

第三拍右脚收回左脚旁，同时左“吸腿”。  
第四拍左脚原地跺一次。

##### 2、左跳步吸腿

左脚向左方跳一步，后“吸腿”。(对称动作为右跳步吸腿)。

##### 3、跳步转身

左脚向右方跳一步，同时向右转半圈，  
右“吸腿”（见图 115）。



图 114



图 115

#### 4、左跺步

左脚在右脚旁跺地。（对称动作为“右跺步”）

#### 5、碎步抖翅

小“八字步”、“半蹲”身前俯，双脚原地碎步，同时双手拉开毯子抖动，目视右方。（见图 116）

#### 6、点步

右脚尖点地二次，同时双手拉开毯子抖动二次。

#### 7、分腿跳

双腿分开跳二次，双手拉开毯子抖动。  
(见图 117)。

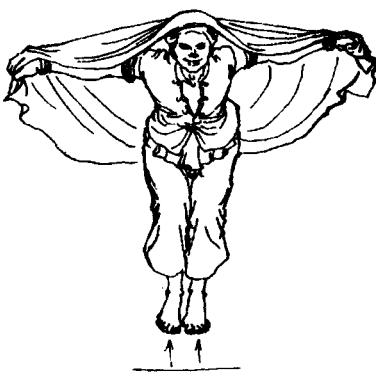


图 116



图 117

### 角色

男青年 (■) 4人，两人一对手执白棒。

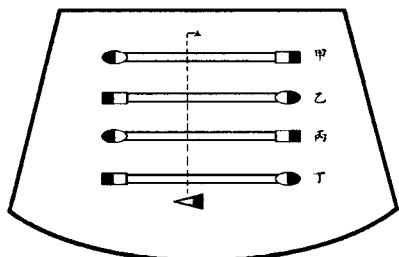
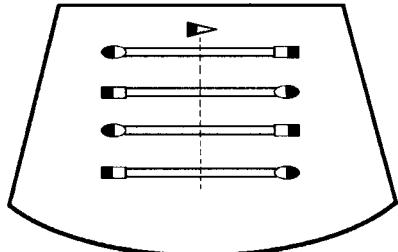
女青年 (◐) 4人，两人一对手执白棒。

领舞者 (▲) 1人，双手棒铜铃。

### (五) 场记说明

#### 1、沧源白棒舞

男女舞者八人站二排，面对面蹲，两人一组，双手捏白棒两头，分为甲、乙、丙、丁四组，按锣鼓字谱击竹竿为舞者伴奏，舞者双手捧铜铃于腹前，随舞步摇动。



#### 【白棒舞】

[1] ~ [4] 做“踩步吸腿”二次。

[5] 做“右跳步吸腿”一次跳进甲283组白棒内。

[6] ~ [7] 做“左跳步吸腿”一次跳进乙组白棒内，“右跳步吸腿”一次跳进丙组白棒内。

[8] 第一拍“右跳步吸腿”跳进丁组白棒内，第二拍做“跳步转身”跳出丁组白棒外。

[9] 原地做“并跳步”二次。

[10] 第一拍做“并跳步”跳进丁组白棒内，第二拍做“右跳步吸腿”跳出丁组白棒外。

[11] ~ [12] 原地做“并跳步”四次。

[13] 第一拍做“并跳步”跳进丙组白棒内，第二拍做“右跳步吸腿”跳出丙组白棒外。

284 [14] ~ [15] 原地做“并跳步”

四次。

[16] 第一拍做“并跳步”跳进乙组白棒内，第二拍做“右跳步吸腿”跳出乙组白棒外。

[17] ~ [18] 原地做“并跳步”四次。

[19] 第一拍做“右跳步吸腿”跳进甲组白棒内，第二拍做“跳步转身”跳出甲组白棒外。

[20] 右脚在左脚旁跺地二次。

无限反复，舞完曲止。

## 2、西盟竹竿舞

男女八人分二横排面对面蹲，双手捏白棒两头击竿为舞者伴奏，分为一、二、三、四组，一舞者身披毯子站立，舞蹈时双手随舞步拉开抖动。

### 【竹竿舞】

[1] ~ [6] 原地做“碎步抖翅”。

[7] 向第一组白棒内做“点步”二次。

[8] 原地做“并跳步”二次，同时拉开毯子抖动二次。

[9] 做“分腿跳”，同时分别跳进一、二组白棒内。

[10] 在一、二组白棒中间做“并跳步”二次。

[11] 做“分腿跳”，同时分别跳进二、三组白棒内。

[12] 在二、三组白棒中间做“并跳步”二次。

[13] 做“分腿跳”，同时跳进三、四组白棒内。

[14] 在三、四组中间做“并跳步”二次。

以上跳法可反复进行，舞完曲止。

传 授	赵俄嘎	田依革
	鲍正荣	尼 端
	岩 胖	
编 写	鲍志明	高立旗
	杨赛亮	尼 早
		孔玉玲

## 二、悼念舞和棺材舞

### (一) 概述

“悼念舞”和“棺材舞”是同一种舞蹈，沧源称“悼念舞”，西盟称“棺材舞”，均属悼念死者，安慰死者亲属的祭奠舞蹈，一种在死者入棺后跳，一种在死者入棺前跳。它的产生与佤族“祖先崇拜”和“事死如事生”等观念分不开。按佤族老人说：“活着爱唱爱跳，死了也要歌舞伴随”。佤族群众说：人死了不宜哭，哭声在死者听来好象乌鸦叫，不吉。以唱代哭既可安慰死者亲属，也可告慰死者灵魂，认为是欢送他，使之高兴。

沧源的“悼念舞”在死者入棺当夜跳，男女舞者数十人拉手围着棺材边跳边唱，唱词有领有合，大意为告慰死者放心离去，其功德将永留人间，安慰死者亲属不必哭，人人都逃不了生与死这个关口，再硬的石头也会烂，再粗的青树也会枯，人的疾病就象藤子绕

青树，绕得紧了青树就死了等等。其舞步以踩抬、踏组合，俯身时突出悼念之情，唱词多以大调出现。舞步不宜大跨大跳，没有随意性。

西盟“棺材舞”在死者入棺前跳，但一般要死者是老人或是有名望有影响的人时才跳。从报丧开始就以击棺木伴奏进行舞蹈，直至逝者入棺才停止。其舞贯注着狂放、深沉的感情力量。击棺由三至四人表演，都是男性成年人。其余围圈舞者人数不限，大多是死者生前好友或舞伴。两个击棺者分别站在棺木两端，右手握住棺盖把柄，左手按住盖面（以防盖子离底脱落）。舞者一至二人站在棺木两侧。舞步多为走步，踩步、跨步（从棺木上越过）。走步时动力腿向前提起暂停，同时主力腿踮一次脚后跟，双手自由小摆动。此舞在死者家旁场地上进行，一般可跳三至四天。

## (二) 音乐

### 说明

《棺材舞》以敲棺材命名，无乐器伴奏，均为二男舞者敲击棺材发出声响为舞伴奏，“咚”为甲敲棺材的音响，“哒”为乙敲棺材的声响，无限反复。

《悼念舞》无乐器伴奏，凭演唱者的乐感，自行定调。演唱形式分为男领、男合、男女声合唱三个声部进行。歌声伴随着稳重的舞步，叙述、庄重、无限怀念地，此歌曲和舞蹈有严格的时间性，不死人，是不随意演唱的。

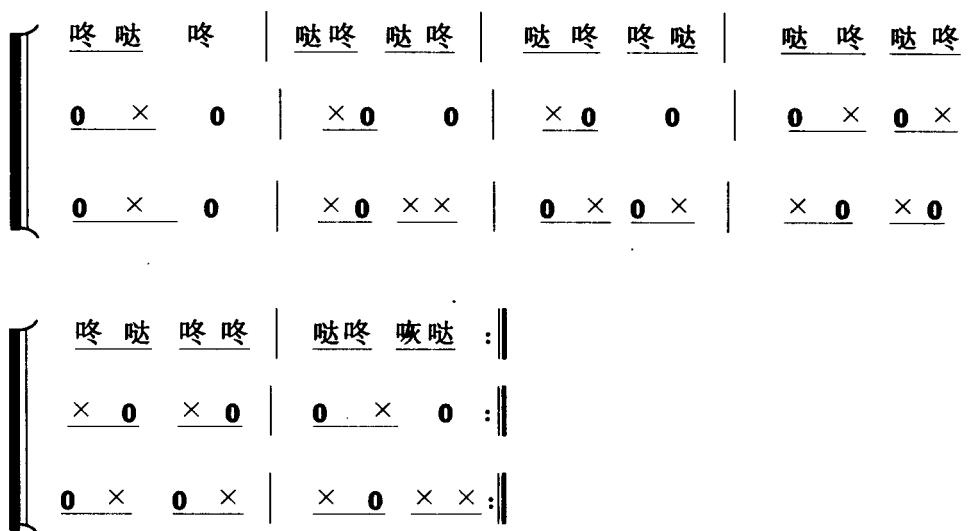
### 棺 材 舞

2/4 ♩ = 90

记谱 李云昌

锣鼓字谱

	咚	咚	哒	哒	咚	咚	哒	咚	咚	咚	咚
甲	×	×	0	0	× 0	×	× 0	×	0	0	0
乙	0	0	×	×	0 ×	0	0 ×	0	0	0	0
	咚 咚	哒 哒	咚 咚	哒 哒	哒 咚	哒 哒	哒 哒	咚	咚	咚	咚
	× ×	0	× ×	0	0 ×	0	0 ×	0	0	0 ×	0
	0	× ×	0	× ×	× 0	× ×	× 0	0	0	0	0



## 悼念舞

1=G 4/4 2/4 ♩ = 50

传授 保沐税  
译词 记谱 鲍志明

怀念地

5 5 2 5    5 5 2 . | 2 2 5 2 2 . 0 |

(男领) 坡 别 歪 茸, 坡 别 羊,

(译词) 请 别 伤 心 请 别 哭,

5 · 2 5 6 5 · 4 5 · 0 | 2 5 2 | 2 · 5 5 2 5 |

坡 别 羊, 西 莫丁 见 嘴

请 别 哭, 再 硬的 石 头 也

5 5 2 . | 5 5 . 2 2 - | 5 5 2 5 2 |

机 乐, 背 班 汉 代 机 永 (嘿),  
会 烂, 世 间 人 人 都 会 死,

5 2 5    5 5 2    2 -    ||

惹 动 兰 捉 嘎 机 水。

百 年 青 树 也 会 枯。

### (三) 造型服饰道具

#### 造型

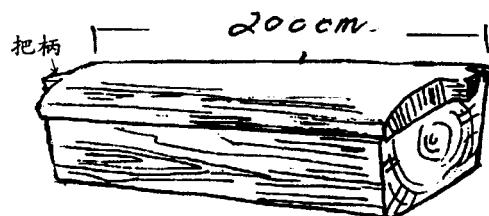


男舞者

#### 服饰

同“白棒舞”与“竹竿舞”。

#### 道具



棺材

#### (四) 动作说明

##### 基本步法

###### 1、右跺步

右脚于左脚旁一拍一步跺地，双手前后微甩。（对称动作为“左跺步”）

###### 2、横走步

第一拍 左脚向右方横走一步，双手向前微甩。

第二拍 右脚向右方横走一步，双手向后微甩。

###### 3、跨跳步

第一～二拍右脚向右方跨跳一步，

（见图 118）。

第三拍 左脚靠于右脚旁。

第四拍 右脚原地踏一步。

###### 4、跺步抬腿

第一拍 右脚向前跺一步，同时左腿后抬。

第二拍 左脚向后踏一步。



#### (五) 场记说明

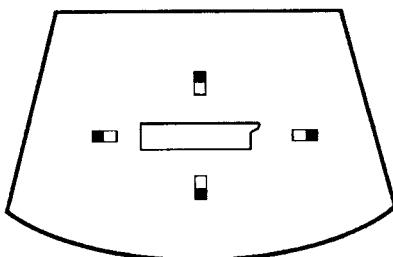
图 118

##### 角色

男青年（■）4人。

###### 1、西盟棺材舞

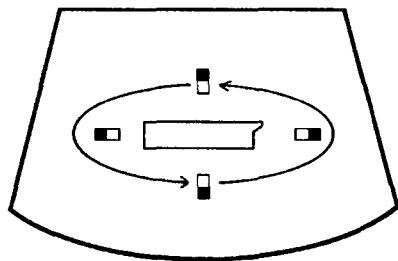
棺材舞为男性舞蹈，四人表演。



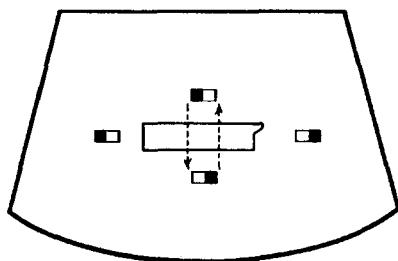
##### 【棺材舞】

[1] “右跺步”二次。

[2] “左跺步”二次。



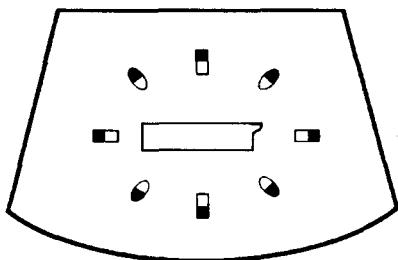
[3] ~ [12] 向逆时针方向走“横走步”二十步。



[13] ~ [14] 做“跨跳步”。

## 2、沧源棺材舞

舞者若干，围圈拉手，面对棺木，由三名男舞者分别轮流领唱，向逆时针方跳转。



### 【悼念舞】

- [1] ~ [9] 做“跺步抬腿”九次。
- [10] ~ [11] 做“右跺步”四次。
- [12] 做“跺步抬腿”一次。
- [13] 做“右跺步”二次。
- [14] 做“跺步抬腿”一次。
- [15] 做“右跺步”二次。

传	授	保沐税	保沐京	岩	伞	
		岩勤岩	来岩真	娜	景	
编	写	鲍志明	彭成芳	高立旗	尼	早
		孔玉玲	杨赛亮			

### 三、春碓舞

#### (一) 概述

佤族至今尚用碓杵舂米，在日常生活中，姑娘们三、五成群地围着碓窝舂米是常事，但跳“春碓舞”却有一定的场合。

“春碓舞”过去是在建盖大房子，拉木鼓、剽牛祭祀、头人亡故或村中有威望的人死时才跳此舞，男女青壮年均可参加，人数四或六人为宜，也可二或八人表演。舞者每人握一臼棒，围着盛有谷物的碓窝而立，“小八字步”站立，举杵时身子后仰，捣米时身子成弓，你起我落，并以碓杵击臼边伴奏，或一组捣米、敲击，另一组挥杵舞蹈，交替轮流进行。其风格特点朴实大方，热烈奔放。充分表现了佤族人民热爱劳动，热爱生活的纯朴感情。建国后，逐步消除了以上场合的限制，丰收时节，姑娘们相互帮助捣米，明月下春碓取乐都跳此舞。此舞通过加工、整理已搬上了文艺舞台。“春碓舞”原来只在盖大房子，主持拉木鼓、剽牛祭祀时，在主人家旁或死者家旁的场地上进行。

“春碓舞”是人类早期的劳动舞蹈，它源于劳动，由平时的舂米动作提炼而成。捣米时发出“嘭、嘭”的声音。停顿休息时，碓杵放在臼窝旁又发出了“哒哒”的音响，如果几个人一同捣米，因臼内一次只能一根臼棒舂米，一先一后，就自然形成了“嘭！哒哒！”和“○嘭○嘭○哒○哒！”两部或多部的打击乐重奏。加之佤族妇女舂米，腰部动律很强，前俯后仰，舞姿优美，构成了一曲佤山独特的丰收乐章。经过人们长期的劳动实践，不断完善，使之规范化而流传下来，久跳不衰。

#### (二) 音乐

##### 说明

《春碓舞》无乐器伴奏。全靠臼棒击春碓所发出的音响，作为舞蹈节奏，边敲边舞。敲击方法按符号所示击春碓。“×”春臼心、“○×”为直春碓的口边，“+”横敲碓的口边，“T”为横撞碓身中边。

## 春 碰 舞

2/4  $\text{♩} = 120$ 

节奏连贯激烈

甲       ×    0    |    ×    0    ||:    0    0    0    |    0    ×    |

乙    0    0    |    0    0    ||:    ×    0    |    ×    0    |

丙    0    ×    |    0    ×    ||:    0    0    |    0    0    |

丁    0    0    |    0    0    ||:    0    ×    |    0    ×    |

   ×    0    |    ×    0    |    0    |    0    |    ×    0    |

0    0    0    |    0    0    |    ×    0    |    ×    0    |    0    0    0    |

0    ×    |    0    ×    |    0    0    |    0    0    |    0    ×    |

0    0    0    |    0    0    |    0    ×    |    0    ×    |    0    0    |

   ×    0    |    0    0    |    ×    0    |    ×    0    |    ×    0    :||

0    0    |    ×    0    |    ×    0    |    0    0    |    ×    0    |

0    ×    |    0    0    |    0    ×    |    0    ×    |    0    ×    |

0    0    |    0    0    |    0    ×    |    0    0    |    0    ×    |

### (三) 造型服饰道具

#### 造型



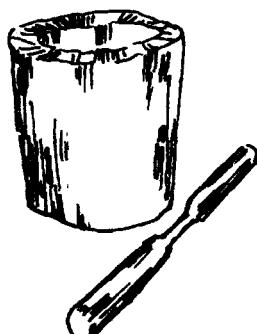
女舞者

#### 服饰

同“木鼓舞”女服饰。

#### 道具

春碓与白棒 春碓由树桩掏空制成，白棒木制，长约100cm，直径约10cm。



春碓与白棒

#### (四) 动作、跳法说明

女舞者四人，各持一根白棒抬于胸前，“小八字”步围碓站立（见造型图）。

第一~四拍 甲、丙轮番各舂二次米，举棒时身后仰，舂米时身前俯（见图 119）。

第五拍 甲用白棒击碓口边沿二次，丙举棒。

第六拍 丙前半拍举棒休止，后半拍击碓口边沿一次，甲举棒休止。

第七~八拍 甲、丙分别各击碓口边沿一次。

第九~十二拍 重复一至四拍动作。

第十三拍 甲、丙分别向右转身四分之一圈，双脚并拢“半蹲”，身前俯，成“三道弯”，并将白棒抬平。同时，甲横击碓口边沿二次。（见图 120），丙保持舞姿不变。



图 119



图 120

第十四拍 丙前半拍休止，后半拍横击碓口边沿一次，甲保持舞姿不变。

第十五~十六拍 甲、丙分别横击碓口边沿一次，目视击点。

第十七~二十拍 重复一至四拍动作。

第二十一拍 甲、丙双脚原地向右跳转半圈，同时两手伸直，将碓棒往左前侧插出，成“马步”，上身直立，目视棒前端（见图 121）。

第二十二拍 甲、丙两脚原地跳跃一次，同时将白棒往右前侧插出，右手伸直，拳心向上，右腕屈，拳心向下。

第二十三拍 甲、丙双脚向右跳转半圈，甲同时抬平白棒击一次碓窝外围中点。（见图 122），丙同时抬平白棒与甲相对。

第二十四拍 丙击一次臼窝外围中点，甲抬平白棒，与丙相对。

动作与甲、丙相同。

乙、丁从第五拍开始舂米，四人围臼按逆时针方向跳转，四人舂米时甲先进行，丙、乙、丁依次后半拍跳转舂米。



图 121



图 122

传 授 娜 员 岩三大  
岩产朵 岩板朵  
编 写 高立旗 尼 早  
孔玉玲

## 四、扫 帚 舞

### (一) 概 述

“扫帚舞”流传在西盟新厂乡和小马散村。当地佤族群众说：“跳扫帚舞能清除邪恶，把鬼赶走”，所以不论贫富的人死了，第二天至埋葬以前就在死者家屋内跳扫帚舞，平时禁跳，跳这个舞一般三至四人，男女青年，成人均可。每人拿一把扫帚（用一截竹子下端破成细条即可）站成三角形或正方形，双脚并拢、屈膝半蹲、双脚同步边扫边跳。时而扭股转身、时而对穿花、轮流交替进行。

### (二) 音 乐

#### 说明

无乐器伴奏，靠扫地及舞步所发出的声响为节奏，“×”为扫地节奏，“○”为舞步节奏。

## 扫帚舞

2/4 ♩ = 90

记谱 李云昌

甲    ×    × | 0    0 ||: ×    0 | 0    0 | 0 ×    0 × |

乙    0    0 | 0    0 ||: ×    × | 0    0 | ×    0 |

丙    0    0 | ×    × ||: 0    0 | ×    0 | × 0    × 0 |

丁    0    0 | 0    0 ||: 0    0 | ×    × | 0    0 |

0    × | 0 × 0 × | 0 0 × | ×    × | 0    0 :||

0    0 | 0 × 0 × | 0    × | ×    × | 0    0 :||

×    0 | × 0 × 0 | × 0 0 | 0    0 | ×    × :||

×    0 | × 0 × 0 | × 0 | × 0 × 0 | × 0 0 :||

## (三) 造型服饰道具

造型



男舞者

**服饰**

同“木鼓舞”男服饰。

**道具**

**扫帚**

#### (四) 动作说明

男舞者四人，分为甲、乙、丙、丁面对逆时针方向围圈，各握一把扫帚，舞时始终保持屈膝俯身。

音乐【扫帚舞】无限反复。

第一~二拍 甲原地屈膝扫地一次，丙休止，丙扫地一次，甲休止。

第三~四拍 丙扫地二次，甲休止。

第五拍甲 扫地一次，丙休止。

第六拍 甲双脚并拢向前跳一步，丙休止。

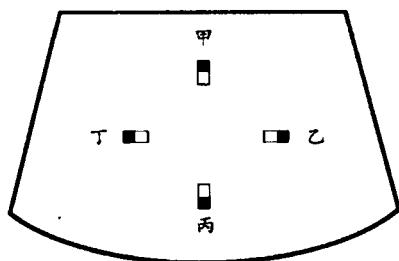
第七~八拍 丙做第五至六拍动作，甲休止。

第九拍 甲双脚向前并跳一步，扫地一次，丙先扫地一次，再向前并跳一步。

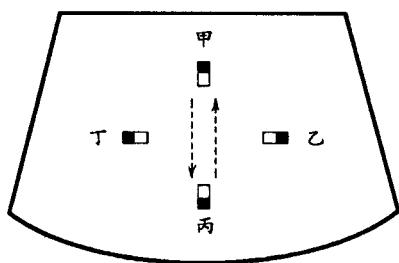
第十拍 做第九拍动作。

第十一拍 甲双脚向前并跳一步，丙扫地一次。

第十二拍 丙双脚向前并跳一步，甲扫地一次。



第十三拍 甲双脚向左后跳一步，同时向左转四分之一圈扫地一次，丙的动作与“甲”相同先扫地后跳转。



第十四拍 做第十三拍动作，甲、丙交换位置。（见场记图）

第十五拍 甲双脚并拢向后退跳二步，丙扫地一次。

第十六拍 甲扫地一次，丙双脚并拢向后退跳二步。

乙、丁从第五拍开始扫、跳，动作分别与甲、丙相同。

传 授 岩戛领 岩 戛  
编 写 高立旗 尼 早 孔玉玲

## 五、捣耳朵

### (一) 概 述

“捣耳朵”是流传在西盟岳宋村五社和小新寨的一种丧事杵舞。较富裕的人死后，剽黄牛祭祀（做鬼）时才跳，其他时节都不能跳此舞，地点限制在死者家旁空旷的剽牛场地上。

“捣耳朵”三人表演，全为成年男性。甲、乙两人各握一根白棒抬平齐肩，面朝同一方向，站成一横排，相距一米左右。另一个立于中间，左、右手分别握住甲、乙两人举着的白棒头一端，用力拉开，又合拢相撞。在自己的额前和脑后舂打，前后各一次，越敲越烈，反复进行。以此娱神驱鬼，欢送死者一路平安。

“捣耳朵”无乐器伴奏，也无歌唱相助，全靠碓杵相击表演。

“捣耳朵”独特罕见，动作刚健、敏捷，表现了阿佤汉子勇敢、顽强的气质。此舞已趋失传，现只有少数人能表演。

### (二) 音 乐

#### 说 明

无乐器伴奏，靠碓棒相击发出的声响为节奏。

## 曲譜

## 搗耳朵

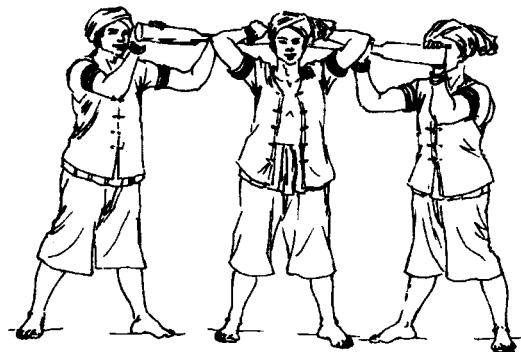
4/4 节奏由慢到快

收集 李云昌



## (三) 造型服饰道具

## 造型



男舞者

## 服饰

同“木鼓舞”男服饰。

## 道具



碓棒

## (四) 动作及跳法说明

舞者三人，甲、乙各握一根碓棒抬平齐肩，站“大八字步”站立成一横排，间距约一米。丙立于中间，左、右手分别握碓棒头一端（见图123）。

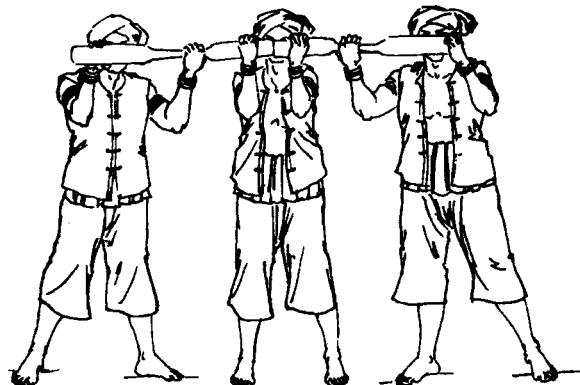


图 123

第一拍 丙用力将碓棒合拢于颈前击打一次。（见图 124）

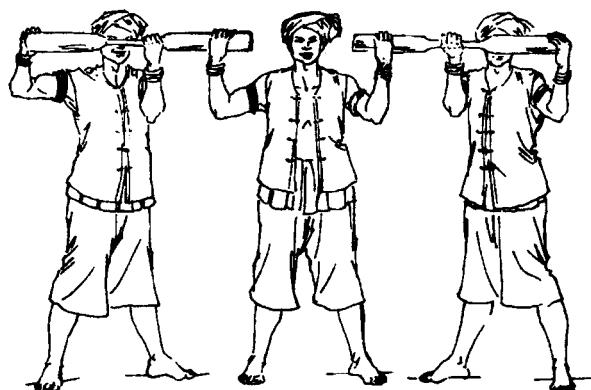


图 124

传 授 娜 喊 岩 满 岩 来  
编 写 高 立 旗 尼 早 孔 玉 玲

## 《丧葬舞》

执行编辑 王世雄 彭成芳 鲍志明  
绘 图 刘永根

# 叫 谷 魂

## (一) 概 述

“叫谷魂”是一种敬祈丰收的祭祀舞蹈，流行于沧源的许多佤族村寨中。

这种舞一般在每年谷物成熟的前后进行。在谷物成熟之前跳这种舞，意思是将谷子的魂叫回家来，使它粒粒饱满获得丰收。谷物成熟之后跳这种舞，意思是将谷子的魂叫进家中，不要让它走掉，争取来年更大的丰收。

每次叫谷魂，都有一定的祭祀活动，可以每户人家都举办，也可以由一村人中较富足的人家主持，做完叫谷魂的祭祀仪式，全村人就围着春碓，吹着谷杆跳叫谷魂舞。杀猪，杀鸡要一公一母成对，要选毛色好看的，小红公鸡最宜，杀鸡杀猪均在主火塘边，这时，请魔巴或有名望的老人来念咒，送给他鸡翅膀、鸡腿、鸡头，若杀猪就送腿子肉。这一天，男女都要着意打扮，意为不要让谷魂看到你家很穷，不愿意回家。男主人在火塘边叫，女的敲锣，部分亲友到地里或田里拿回一点谷物蔬菜，然后用谷杆做成哨吹着回来，到了寨外大叫“谷魂回来了，主人家拿水酒来喝……”。主人就下竹楼接“谷魂”，在火塘边吹奏竹杆念咒以后便到场院里围着春碓边吹竹杆边跳舞。此舞的动作较简单，一步一踏，扭头摆身，双手捧着竹杆哨的末端一张一合起共鸣作用，若在一旁吹奏，可以用瓶罐等物作共鸣之物，其韵律十分优美。

## (二) 音乐

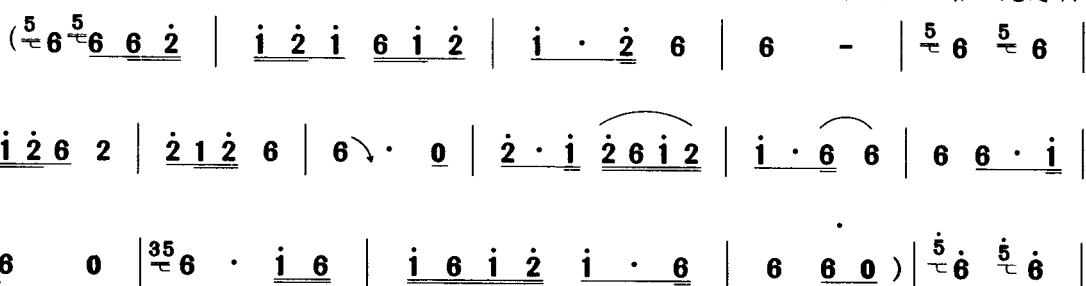
说明《叫谷魂》音乐分器乐曲和演唱曲两个部分，乐器有“毕糯”。毕糯是用谷杆自制的一种佤族民间吹奏乐器，此乐器无音高，演奏独特。双手轻轻合拢，靠双手的开合使谷杆产生共鸣，演奏出优美、古朴、浑厚的旋律。演唱曲无乐器伴奏，边吹边舞，旋律高亢明亮。

曲谱

## 叫 谷 魂

1=♯ F 2/4 ♩ = 70

高旷明亮

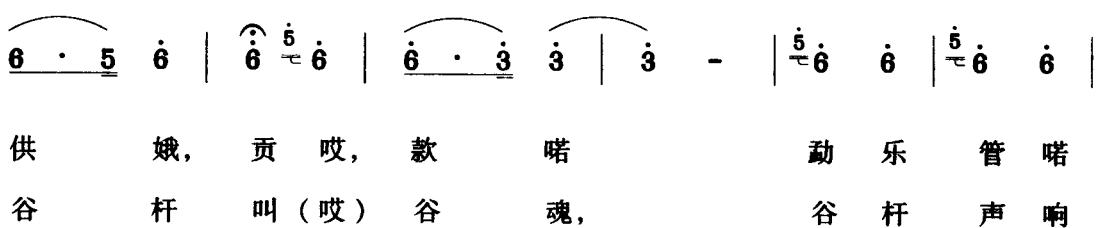
传授 李依捏  
译词 记谱 鲍志明

(汉字配音)

办 艾

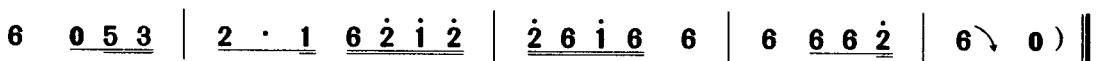
(译 词)

我们吹着



比 古 嘎， 篮 比 嫂。

谷 枝 多， 谷 穗 长。



祝祷词大意（跳舞之前念）  
来……来呀来……谷魂  
你从河那边来，你从沟那边来  
我们请你回来  
下雨天我们给你搭好桥  
烈日下我们给你盖房子  
来……来呀来……谷魂  
我们用绳子牵你回来  
不要留在树林中，也不要留在坡头  
我们请你回来  
不要留在坡头，不要留在坡脚  
也不要留在树林深处  
怕你落进深深的水潭  
又怕你留在别人的寨子  
离佤家远走  
我们要请你回来  
我们保护你不让虫吃牛踏  
我们保护你不让老鼠糟踏  
来……来呀来……谷魂  
象葫芦水一样满满地回来  
回到我们仓库里  
把粮仓挤满  
把谷箩挤裂  
把窗子挤破  
一直挤到大梁上  
让我们吃不完  
来……来呀来……谷魂  
我们为你请客吃饭，唱歌跳舞  
你就随着我们的歌声  
高高兴兴地回家来吧  
来……来呀来……谷魂

### (三) 造型服饰道具

#### 造型



男舞者



吹“毕糯”的女舞者

#### 服饰

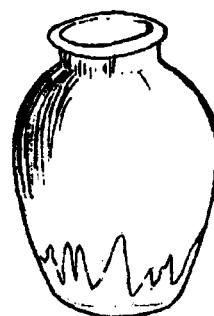
同沧源“白棒舞”服饰。(见统一图)

#### 道具

- 1、毕糯
- 2、土瓶
- 3、春碓 (见统一图)



毕糯



土瓶

#### (四) 动作说明

##### 基本动作

###### 1、右划圆步：

准备右“丁字步”，双膝屈，身前俯，双手执毕糯伸进碓心吹奏。

第一~八拍右脚一拍一次由右划圆至左脚旁，同时，带动左腿屈伸（见图 125）。

提示：对称动作为“左划圆步”。

###### 2、直身踩步

第一~二拍右脚在左脚前踩地二次，身微仰，双膝屈，吹奏毕糯，目视前方（见图 126）。



图 125



图 126

###### 3、俯身踩地

第一~二拍 身前俯，右脚在左脚旁踩地二次，双手捧毕糯伸进碓心内吹奏。

###### 4、踩地走步

第一拍 右脚向右踩地，同时左“小腿后抬”，身前俯，双手执毕糯吹奏于碓外（见图 127）

第二拍 左脚向后踏一步，身稍直，右脚微前抬，双手执毕糯吹奏。

###### 5、踩步蹲

准备双膝屈，稍前俯。

第一拍 右脚向右踩地，同时身直起，双手执毕糯吹奏。

第二拍 左脚往右脚后踏一步，同时身前俯，双手执毕糯伸进碓心内吹奏。

###### 6、双膝弹动

第一~二拍 右脚在碓心旁踩地一次，同时身前俯（见图 128），双膝弹动，身慢慢直起。（见 129 图）



图 127



图 128

第三~四拍 重心移往右脚，同时双膝上下弹动，身慢慢前俯。

#### 7、弹动横移步

第一拍 右脚向右横走一步，同时身前俯，左腿后抬，手拉手，向后微甩。（见图130）。



图 129



图 130

第二拍 左脚靠于右脚旁，身直起，手拉手，向前微甩。

#### 8、屈膝踩地

第一~三拍 双膝屈，身直起，右脚在左脚前踩地二步，双手一拍一次前后甩动。

#### 9、单踩走步

第一拍 右脚向前上一步，左“小腿后抬”身前俯。

第二拍 左脚上于右脚前踩地。

第三拍 左脚后退一步，身直起。

第四拍 右脚在左脚前踩地一次。

## 角色

男舞者 □

女舞者 ○

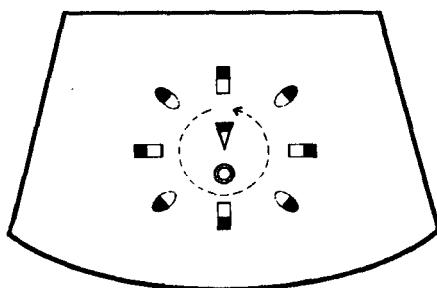
领 舞 ▲ (吹奏毕糯)

## (五) 跳法说明

## 道具

春碓 ◎

准备动作：众舞者围春碓而立，手拉手，领舞者（女性）站立于春碓旁吹毕糯伴奏领舞。



【叫谷魂】 (场记图)

[1] ~ [8] 领舞者做“右划圆步”一次，做“左划圆步”一次。众舞者“弹动横移步”六步，做“屈膝跺地”一次。

[9] ~ [10] 领舞者做“直身跺步”一次，接着做“俯身跺地”。众舞者做“单跺走步”，逆时针方向前进。

[11] ~ [12] 领舞者做“直身跺步”二次，众舞者做“单跺走步”一次。

[13] ~ [14] 领舞者做“跺地走步”一次，领舞者做“单跺走步”一次。

[15] 领舞者和众舞者同做“俯身跺地”一次。

[16] ~ [20] 同做“跺步蹲”动作，众舞者手拉手。

[21] ~ [25] 同做“双膝弹动”动作。

[26] ~ [29] 领舞者做“直身跺步”、“俯身跺步”各二次，众舞者做“单跺走步”二次。

[30] ~ [33] 领舞者做“右划圆步”，众舞者做“单步跺”二次。

传授 李依提

编写 王世雄 鲍志明 彭成芳

绘图 刘永根

# 整 瓦

## (一) 概 述

整瓦是流行在孟连的富岩、公信、南雅等地的自娱性舞蹈。每逢重大节日或集会、欢庆丰收、贺新房等，都要敲起象脚鼓、铓、镲等围圈而舞之。此舞男女均可参加，人数不限，由舞技较好的数人担任领舞。

整佤有几套较为固定的组合，在这些固定组合基础上加上一些日常生活动作，即可变为某种模拟生产生活的舞蹈套路。

整瓦动作的主要特点为屈膝跺步、摆胯扭腰、节奏感强。

## (二) 音乐

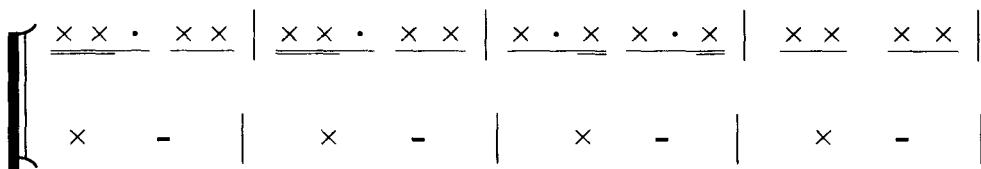
说明：“×”表示左拳击鼓中部，“①”表示左掌击鼓边，“○×”表示右指击鼓边。

### 打 击 乐 谱

2/4 中速

传授 岩锁芝

象脚鼓	 × × ①   × × ①   × × ①   × × ①
钗	× × · × ×   × × · × ×   × · × ×   × × ×
	× -   × -   × -   × -
	× × ①   × × ①   × × ①   × × ①



### (三) 造型服饰道具

**造型**



男青年



女青年

### (四) 动作说明

#### 1、小跳摆胯

第一~二拍 左脚向前小跳一步，右脚跟上成正步，同时向左、右摆胯，双手叉腰。

#### 2、摆胯吸腿

第一拍 左脚向前上一步，向左摆胯，同时“右吸腿”，双手抬于山膀位。

第二拍 做第一拍对称动作。

第三拍~四拍 左脚落地“右吸腿”同时向左转半圈，左手向外掏，右手“盖掌”回原位。

#### 3、绕手拍掌

第一~三拍 起右脚向右转半圈，同时向前走三步，右手叉腰，左手小臂向外绕

三圈。

第四拍 左脚跟落地，双手在左胯旁拍掌一次。

第五~六拍 起左脚向左转半圈，同时向前走三步，左手叉腰，右手小臂向外绕三圈。

第八拍 右脚跟落地，双手在右胯旁拍掌一次。

#### 4、摆手转身

第一拍 左脚向左横一步，同时向右转四分之一圈，双手向左摆，身微俯。

第二拍 右脚向上一步，双手向右摆。

第三~四拍 做第一至二拍动作。

第五拍 做第一拍动作。

第六拍 右脚向左横一步，同时向右转四分之一圈，双手向左摆。

第七拍 双脚跟离地，身直起，双手叉腰。

第八拍 右脚跟落地，同时左小腿后抬。

#### 5、插秧步

第一拍 右脚原地跺一步，双膝弹动，双手掌向右下插。

第二拍 做第一拍对称动作。

第三拍 做第一拍动作。

第四拍 左小腿后抬，同时向左转半圈，双手掌向左下插。

第五~七拍 动作与第一至三拍相同，一拍一次向后退步。

第八拍 右小腿后抬，同时向右转半圈。

#### 6、踩步推掌

第一拍 右脚原地跺一次，右手“推掌”，左手自然下垂。

第二拍 做第一拍对称动作。

第三拍 右脚尖向前点地，右手“推掌”。

### (五) 跳法说明

舞者人数不限，可随意参加。围成圆圈，面对逆时针方向，起《整瓦》音乐，舞步的变化看最前面领舞者，在以上舞蹈组合的基础上可加上一些劳动生产动作，即可变为“铲地舞”、“凑火舞”、“背谷舞”、“晒谷舞”等，各种模拟性动作因人而异，为一般模仿，没有规范套路。

以上组合可无限反复，舞完曲止。

传 授 岩 坎

编 写 彭成芳

资料提供 孟连县民舞集成办公室

执行编辑 王世雄 鲍志明

绘 图 刘永根

## 论文史料选

### 一、佤族的“白棒舞”

佤族的“白棒舞”又叫“织白棒舞”、“打白棒舞”，是佤族民间舞蹈的主要形式之一。建国前，这种舞蹈在佤族民间广泛流传。由于是一种具有宗教迷信色彩的舞蹈，现在已很少有人跳了，甚至难得听说了。

关于“白棒舞”的由来，民间传说大意是这样的：在很久以前，人们过着衣不遮体，食不果腹，迁徙不定的原始生活。后来，有一个名叫达惹刚的人，智慧非凡，力气超群，他最先发明了居房，并教会了其他众人。达惹刚死后，人们为了缅怀他做出的历史性贡献，特别编了“白棒舞”。这样“白棒舞”产生并延续下来了。之后，随着人们的渐进发展，“白棒舞”随之有了一些变化。每遇对集体、民族有所贡献的，在村寨里受人尊敬、德高望重的头人和老人死去了，人们都要跳一次“白棒舞”，以祭拜和娱乐死者的“灵魂”，求望“灵魂”保佑六畜兴旺、五谷丰登、家庭平安，而不要降临任何灾祸。

佤族的“白棒舞”，舞时和我国沿海一带黎族的“打竹舞”形式基本相同，只是用的不是竹杆而是白棒。即在地面上平行摆放两棵较直些的长竹竿，长竹杆上横架数根（或四根、六根、八根……）细点的白棒，数人（或四人、六人、八人……）分别蹲在长竹竿的两边，手持白棒击打长竹杆，舞者在白棒分合的空隙间跳跃、转身，按击打出的声响，做出各种舞蹈动作，并不时发出“哎哈、哎哈……”声，整个舞蹈节奏明快，但充满了悲哀沉闷的气氛。

佤族的“白棒舞”不同于其他民族的“打竹舞”，主要是宗教迷信色彩很浓，当然也有团结互助作用的一面。今后，有待于进一步发掘整理，以助于研究佤族的社会史、文化史和宗教史。

搜集整理 肖子生 胡德扬  
选自《沧源文史资料选辑》第二辑

### 二、沧源佤族的传统节日

佤族的传统节日种类繁多，内容丰富，各地不一。沧源境内佤族的传统节日大致可分

为两类：一是受宗教迷信活动影响很深的原始传统节日；二是受其他兄弟民族影响较大的现代传统节日。原始传统节日主要有拉木鼓、接新水、取新火、播种、新米节和修路搭桥等；现代传统节日主要有火把节、中秋节、春节、堆沙节、开门节和关门节等。

拉木鼓节传说由来于崇拜木鼓，佤语叫“格若”（grog），是每年农历二月至四月间举行的重大节日。每到节日，各村寨都要选一个家庭比较富裕、妻子没有身孕的人来主持活动。首先要派人上山寻找适合做木鼓的花桃树，或者红毛树，择定砍拉的日子。至时，主持人带领全寨的青壮男子上山砍树，老少男子和妇女在家里备好饭菜、水酒等。当男子们来到树前时，主持人要请巫师先念咒语，说：

红毛树是最好的白窝；

花桃树是最上乘的木鼓。

我们让你疼痛，为了我们能够富裕；

我们让你死去，为了我们不会饥饿。

我们让你疼痛，你就让我们的小豆结出硕果吧。

我们让你死去，你就让我们的庄稼获得丰收吧。

说罢，由主持人带头砍树，接着众人轮流砍，直到树倒。树倒后，众人都要齐呼欢跳，鸣枪打锣，并派人赶快回村寨报信。这天，无论砍树地点与村寨远近，道路险阻，都要在一天之内把树拉回到家里。当村寨里的人得知木鼓已砍拉回来后，尤如获珍宝一般非常兴奋，遂立即带上准备好的东西上路迎接。双方众人汇拢后又是一阵鸣枪欢呼。边吃边喝，边跳边唱，声响震荡山谷。如果时间尚早的话，大家边拉木鼓树边开展娱乐活动，男的前面拉，女的后面拖，能歌善舞者会即兴跳到树上，随着拉动唱跳起来，场面十分热闹。树拉到村里后，即安置在事先准备好的木鼓房里，然后大家一起去主持人家里吃饭喝酒，唱歌跳舞，庆贺一番，直到第二天清晨才告结束。

新水节每年农历十二月二十八、二十九日，各村寨的人都要出动修理井水、饮水沟，排除脏物和废水，佤语叫“的若靠”（deei rom kraox）。这几天，大家严禁饮用井水和沟水，直到大年三十晚上，村寨老人把修理以后的干净水酌盛在碗里祭拜神仙，然后再通知大家可以接新水使用。

取新火节佤语叫“的我靠”（deeigu kraox）。这是每年农历或十二月间必要进行的活动。那天，各家各户全部用水把火塘里的火浇熄，派人检查以后即到神仙鬼林里取新火（有的村寨分公母神山，公神山取不到新火，可以换到母神山上取，直到取得新火为止）。取得新火后要立即带回到有威望的老人家里燃成大火，然后再通知各家各户来人取回使用。

播种节佤语叫“梅依万”（mouig van）或“梅依莫”（mouig mo）。是每年农历一月至三月份春耕时节进行的重要活动。每到时节，村寨老人要择定吉日，先举行祭祀谷魂活动，然后各户到自家地里播撒谷种。晚上，大家又集中起来唱调子，对歌、跳舞、喝水酒，内容围绕谷种播撒以后要快快出芽，长高，结出饱满颗粒，使来年日子好过。

新米节佤语叫“地京国”（deei jeing mgaox），意即拿头道谷子。每年农历七至八月间，当地里的谷子开始成熟，村寨里的老人即选择吉日，让大家都到田里取少量新熟的谷子带回家里，意为把谷魂抓住拿到家里，不让谷魂跑掉，粮食欠收。

修路搭桥佤语叫“冬斯板”（dom si nbaeg），这项活动各村寨进行的时间不一，有在

农历五月份的，六月份的，也有八月份的。活动必须事先指定时间和地点，让大家都知道。到时，全寨男女老少都要带上工具到指定的地点修路、搭新桥，之后，接着叫谷魂，招财气，希望粮食满仓，财运亨通，日子好过。

以上这类原始的传统节日，由于具有宗教迷信内容，在解放以后已经逐渐减少，甚至不过了。党的十一届三中全会以来，随着民族政策、宗教政策的贯彻落实，一些村寨已恢复过取新火节、播种节、新米节和修路搭桥等节日，但性质已不同原来，内容也很简单。

在明末清初以后，由于汉、傣等民族逐渐深入阿佤山，并与土著民族佤族杂居相处，相互之间产生了很大影响。在靠近内地的岩帅地区，受汉族的影响较深，不仅跟着信奉大乘佛教等，还跟着过起了春节、中秋节、火把节等，而靠近傣族地区和缅甸国的班洪、班老等地则跟着拜佛、过堆沙节、开门节和关门节等。

岩帅地区还有几个节日排行取名，如取名火把节为“岩比阿”（ai biag），意即老大；取名中秋节为“尼载”（nyi jai）或“尼坦”（nyi tam）意即老二；取名春节为“三木我”（sam vo），意即老三。

火把节活动内容是在村寨活动的广场中央燃烧一棵松明，围绕火炬鸣枪打锣，老人边喝水酒边唱调子，青年男女手持火把相互追逐嬉戏。最后，大家把火灰带回家撒到门前沟道，以为驱赶灾害。

中秋节（八月十五）活动内容主要是烧香祭拜山神，打歌跳舞。

春节活动内容比较丰富，节前，各家各户必须准备好水酒、糯米、新衣裤、火药、陀螺、芦笙等，还要修补房屋、打扫卫生，杀猪、叫魂等。过节时，主要是打歌跳舞，唱调子、对歌、荡秋千、打对陀螺、射弩、摔跤、青年男女上山谈情说爱等。

堆沙节、开门节、关门节，活动内容与傣族相似。

肖子生、李学宏、胡德扬搜集整理  
选自《沧源文史资料》选辑

### 三、蜂桶鼓的传说

现在佤族人跳新房时要敲蜂桶鼓，关于它的由来，有这样的传说：

人从“司岗”里出来以后和其他动物生活在一起，但都没有房子住，日日夜夜遭受日晒雨淋。一天，人和小鸟、松鼠等商量盖房子住，可是没师傅，大家都不知道怎么盖。后来，大家一致推举一种叫“西木老”的鸟做师傅。西木老领着大家盖了七七四十九天，总是不能把房子盖起来，原来它把短的木料越发砍短，把长的木料越发接长，所以盖不起来。

有一种叫“来改”的鸟看后，不满地说：“你们盖了这么长的时间还盖不起来，是师傅的过失了，还是我来当师傅领着你们盖吧”。

来改吸取了西木老的教训，木料长的它砍短，木料短的它接长，终于把房架竖了起来。

房架刚竖好，斑鸠说：“这种房子我会盖了，我的房子我自己盖”说完飞走了。所以现在斑鸠的房子只有几根小棍子做房架，没有墙也没有顶。

来改又领着大伙用竹子做墙，墙刚做好，有一种叫西木约的鸟看了说：“这种房子我也会盖了，我的房子我自己盖”，说完也飞走了，所以现在西木约的窝只有边，没有顶。

只有织布鸟一直跟着来改房子，直到盖好，所以现在织布鸟的窝不仅有墙、有顶，还有“门”（洞）。

房子盖好以后，来改叫人烧火做饭，但是没有火塘，来改叫一个老大妈去找一件东西来垫火塘底。老大妈盲无目标地走，她看到响蚂蚁在笋叶上跳，她就把笋叶拿回来垫火塘底，现在佤族火塘就用笋叶垫底。

房子盖好了，大伙儿围着火塘唱啊跳啊，那位老大妈忽然想到响蚂蚁在笋叶上跳发出的声音很动听，她就砍一个竹筒系上笋叶敲打做伴奏乐器。后来，来改又领着大伙发明了竹鼓和蜂桶鼓，它们把蜂桶鼓做成大小三种，大的叫“公”鼓、次的叫“母”鼓，小的叫“儿”鼓，所以现在跳新房得用“公母儿”三个蜂桶鼓，即使只有一个，也得分成“公”面与“母”面。

收集整理 杨赛亮 鲍志明等

#### 四、达赛玛的传说

传说很久以前，阿佤山盛行砍人头祭谷，后来有一个叫“达赛玛”的人创始了“孤儿舞”，开始宣传砍头祭谷的危害，倡导以舞蹈代替砍头祭谷，才使得阿佤山世世代代人丁兴旺。

据传，达赛玛自幼聪明伶俐、勤脚快手，十分逗人喜欢，可惜他出世不久，父亲就去世了，达赛玛的舅舅是部落头人，达赛玛和他的母亲就投奔了舅舅。

一天，有一个缅寺的长老做赕，各个部落的头人都驮去礼物朝拜。达赛玛和他的舅舅也备上厚礼前往朝拜，到了缅寺外，他们把马拴在柳树上，舅舅与家人抬着礼物进去，由达赛玛割马草喂马。

舅舅进了缅寺，立即向坐在坛上的长老跪拜，长老说：“莫忙莫忙，还有一个人未到呢，等他一下”。

等了许久，还不见一个人来，舅舅又要拜长老说：“莫忙莫忙，还有一个人未到呢，他比你的本事大”。

究竟是谁呢，舅舅想，几个部落的头人他都知道，谁能比他的本事大呢，舅舅心中疑惑，可又不好多问，只好耐心等待。

又等了好久，长老闭目打坐，舅舅心急火燎，忽然，长老睁开眼，说“来了，来了……”。

舅舅回头一看，原来是达赛玛跨进门来，惊讶之余，只见达赛玛倒地便拜。长老说：“等的就是你，你比你的舅舅本领大”。

舅舅心中不快，七、八岁的小娃娃怎会比他本领大呢，但这是“佛”的旨意，只好跪地朝拜。

达赛玛越来越聪明。那时山寨到处砍头祭谷，搞得人心惶惶、阴风惨惨，达赛玛领着一群孤儿，到处诉说砍头祭谷的危害，可旧俗难改，他很是伤心，久而久之，他领着孤儿们创造了一种又唱又跳的舞蹈《孤儿舞》，他们以此来寻求安慰。

有一天，达赛玛一人在山上放牛，看到风吹树叶摆动，他就模仿着舞蹈，听到鸟鸣高枝，他就学着歌唱，他要模仿所有能动的东西，编成舞蹈去和孤儿们共舞共乐。

正跳在兴头上，眼前突然出现了一个白发老翁，他的两手各拿一件用竹子做成的东西。达赛玛好生奇怪。老者说：“达赛玛你要用舞蹈来拯救阿佤山，你要用歌声来拯救阿佤人，现在我送给你两件礼物，你今后就以它们作伴”。

老者送给达赛玛的礼物就是芦笙和笛子，老人还教给达赛玛如何吹，吹些什么曲子，说来也奇，那两样东西可以模仿鸟鸣、鸡叫，令达赛玛爱不释手。

老人教了达赛玛七七四十九只曲子，一眨眼不见了，达赛玛就吹着芦笙、笛子与孤儿们共舞共乐。

过了许久，长老过世了，达赛玛对妈妈说：“长老对我那么好，我拿什么去敬献他呢”？

妈妈说：“你拿锅盖炒七瓢米花，每瓢再放一把米，带上七对蜡烛……”还把怎样敬献也一一嘱咐过。

达赛玛记住了妈妈的嘱咐，用筒帕装好米花和蜡烛，到缅寺去了。

长老的尸体用火化，等赛玛到时，已经烧了七七四十九驮柴，化了三天三夜的时间，长老的尸体还是化不掉。达赛玛见状，悲痛万分。他拿出蜡烛，照妈妈的嘱咐，在长老前额上点一对，每只手腕上各点一对，胸前点一对，两只脚上各点一对，然后把剩下一对点燃拿在自己手上，另一只手伸进筒帕抓出米花，一把一把地往长老身上撒去，七瓢米花撒完，长老的尸体立即化成了白灰。就在这时，人们看到一个金光闪闪的饭盒在空中飞来飞去，众人纷纷伸手去抢，可是饭盒一飘一飘地，谁也抓不着，达赛玛见状，从头摘下帽子一抛，金饭盒被帽子套住，一齐落在达赛玛的怀中。

达赛玛得到了金饭盒，顿时成为寨子中最富有的人，说来也怪，自从那以后，人们做什么事只要按照达赛玛的话去做就会成功，达赛玛让人们养牛、养羊、养马，就会牛肥马壮，达赛玛让人们种谷和麦就会谷物丰收，于是达赛玛就用歌舞的形式来宣传废除砍头祭谷的主张。

不久，舅舅和母亲相继去世，十八岁的达赛玛被推为部落头人，他率先在本部落废除砍头之俗，以歌舞祭谷，一时间赛玛部落五谷丰登、人丁兴旺。

再说，离赛玛部落不远处有一个“达卖”部落，砍头之风十分盛行，那儿到处有孤儿流浪，人们衣不遮体、食不饱肚。部落的头人认为是因为达赛玛抢走了金饭盒，才使得赛玛部落兴旺发达，而达卖部落被败不堪，于是一心想着要去抢金饭盒。

那年又逢干旱，达卖部落更是穷困，达卖头人咬咬牙，选了六十个强悍的阿佤汉子，背着长刀去赛玛部落抢金饭盒。

六十个人在达卖头人的率领下来到赛玛部落寨外，只见路中间横躺着一个毛头小伙，看到他们来，也不让路，自个儿打瞌睡。

达卖头人十分生气，上前吼道：“喂，拦路的你让开，我们今天要找达赛玛，不要挡了我们的路”。

那毛头小伙睁睁眼，说：“达赛玛你们是找不到的，他根本不会见你们这些满脸杀气的人”。

达卖头人说：“为什么会见不到，达赛玛不来见我，我就去找他，说什么也要他把金饭盒献出来”。

那小伙子冷笑一声，说：“你们看，这路边有三棵金竹，你们若是能一刀就砍断它，你们就可以战胜达赛玛，拿走金饭盒，若是砍不断，你们最好先回去，练好武艺再来”。

达卖头人听说，想：手指大的三棵金竹还能比铁硬，凭他们六十把长刀，莫说三棵，就是三万棵也砍平了。于是他让随从去砍。说来也怪，六十个人轮流去砍，莫说三棵，就连一棵也砍不断，上边连皮也不破一点，达卖头人此惊不小，亲自动手去砍，只见金星直冒，那长刀早卷了口，再一刀下去，长刀断为两截，金竹仍完好无恙。

在一旁观看的小伙子哈哈笑起来：“达卖部落的六十把长刀砍不断一棵金竹，咋能轻易夺金饭盒呢”。说完挥刀一砍，三棵金竹齐刷刷砍断在地，小伙子扬长而去。

达卖部落的人见此，纷纷后退，谁也不敢向前，达卖头人长叹一声“我不如赛玛啊！”领着众人回头就走。

走了一程，大伙又累又饿，又见路旁有一老人，热情地邀他们去寨中歇息。

老人领着达卖部落的人到了一个山青水秀的寨子，全寨的人都来迎接客人，他们剽牛、跳舞，热情地和客人攀谈，达卖部落的人们从来没见过这么美的舞，从来没听过这么美的歌。一会儿，舞场上端来一大锅牛肉烂饭，主客共同进餐。

说来也怪，锅中的饭老是舀不完，全寨子的人和六十名客人都吃饱了，饭还是满满的一锅，达卖部落的人正在奇怪，只见刚才砍金竹的小伙子微笑着走出来，说：“尊敬的客人，你们不是要找达赛玛么，我就是，我知道你们想要取走我手中的金饭盒，今天就了了你们的心愿，只要你们能拿到它，你们就自管拿去”。说罢，将一个金光闪闪的饭盒捧在手上，让达卖部落的人去拿。

达卖部落的人见到金饭盒，竟不顾一切地去抢，可当他们自以为抓到手时，伸开手一看，只抓到达赛玛的草烟锅，再抓如此，再抓，还是如此。达卖头人叹道：“我命不如达赛玛，那是天的旨意啊！”说完领着他的人回去了，没有再提起抢金饭盒的事。

达卖头人不久就死了，临死他告戒他的继承人说：“要与赛玛部落的人和好，要象达赛玛一样学会治理自己的部落”。

达卖头人死后，他的继承人就派人来赛玛部落学习歌舞，学习耕作技术，并且接受了达赛玛的建议，废除了砍头之俗，达卖部落也渐渐兴旺起来。

随着时间的推移，阿佤山逐渐推行达赛玛以舞蹈代替砍头祭祀的方法，逐步兴旺发达起来。可还有少部分地区仍有砍头祭谷，部落仇杀的现象发生，达赛玛决心到四处游说传舞，彻底废除砍头之俗。

他把部落中的事安排好以后，骑上马开始他传授舞蹈，宣传砍头之俗危害的游民生活，每到一个寨子，就要住上几个月或者数年，直到那个寨子彻底废除砍头之俗为止。

又过了若干年，达赛玛已经老了，但他还在四处游说传舞。这一天，他来到现沧源县南腊乡南景班中寨村，感到十分劳累，便下马休息，忽见一只小鸟叼着一只青树果飞来，

达赛玛一伸手，青树果落在手上，达赛玛就把他种在村边，据说这棵青树现在已是古稀之树了。后来达赛玛到了下海牙，他那匹跟随多年的老马突然趴在地上，任你怎么拉也拉不动，达赛玛只好暂时定居下海牙，不久，他去世了。阿佤山的人听说达赛玛去世无不悲痛，从四面八方涌来给他“送行”。

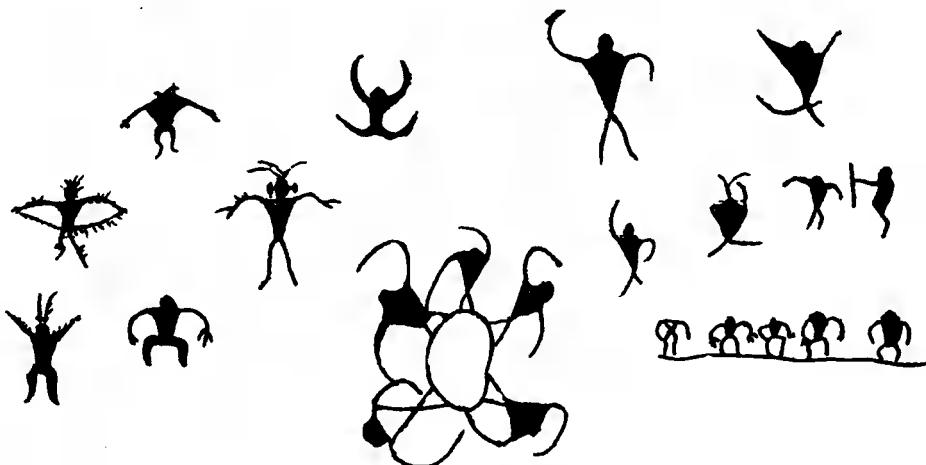
人们把达赛玛安葬在那匹老马趴下去的地方。据说他的墓穴深七拐（相当于一丈），宽四拐、长六拐，为防止人掘墓，还埋了十二箩缝衣针。达赛玛的墓前还种了一棵小青树，以此纪念他，如今这棵青树根深叶茂，象征着达赛玛以舞蹈代替砍头的卓越贡献永远长青。现在，佤族村寨都喜欢种植青树，据说就是为了缅怀达赛玛。

收集整理 杨赛亮 鲍志明

## 五、沧源崖画与佤族羽舞

彭成芳

沧源崖画分布在云南省西南部的沧源佤族自治县境内的勐省、勐来，共10多个地点。绘于高山崖壁上，是佤族先民生产、生活的写照，是祖先留下的足迹，是古代绘画艺术的创造。从崖画面面上看，除人物形象外，动物图形较多，真是千姿百态，丰富多彩，有立、跪、卧、持弩而射的狩猎姿态，有头插羽毛，手、脚上绑羽毛，身上披羽毛扮成鸟形，似鸟在“高展翅”、“平展翅”、“顺展翅”、“斜展翅”，腾空飞翔的舞蹈姿式，其动态显得形象逼真。这些画面除反映出原始社会中的佤族先民用舞蹈动作对自然景物的艺术表现外，主要是对鸟类动物的优美动态进行模拟，表达了佤族先民对鸟类动物的图腾与崇拜。（见沧源崖画图）



这种模拟鸟类动物的舞蹈一直流传至今。如佤族民族民间舞中“白鹇舞”、“孔雀

舞”、“喜鹊舞”、“燕子舞”、“布谷鸟舞”、“斑鸠舞”、“小米雀舞”、“画眉舞”、“鹭鸶舞”、“乌鸦舞”等群众喜闻乐见的自娱性舞蹈。佤族特别崇拜白鹇鸟，视白鹇鸟为吉祥、幸福、爱情的象征。喜爱喜鹊、斑鸠、画眉的美丽、灵巧、能说会唱，自由飞翔的特点，并用自己的舞蹈来表现它，以表达自己内心情感。

考察佤族羽舞的形成的生态因素大致有以下几类：

一、祭祀崇拜。原始的民族信仰多神，凡自然现象（如天、地、山、水、火）动物、植物均被认为具有神灵，可以赐福于人，也可以赐祸于人，必须祭祀和崇拜。

二、劳作方式。“顺宁府、本蒲蛮地……，其他田少箐多，射猎为业”。（见《明史·土司传》）。勤劳勇敢的佤族先民，以猎求生，在长期的狩猎过程中，他们观察动物的神态，对鸟类动物产生了爱和美的观念，而鸟类动物的美给佤族先民带来了欢乐与希望。

三、当他们狩猎归来在箐火上烤猎物时发出香味，大家为了庆祝狩猎胜利，产生了各种灵感，即兴模拟各种鸟类动物的形态而舞蹈。

生活习惯，围火取暖是原始先民的生活习惯，在围火取暖的同时大家头插羽毛，身披羽毛化装成鸟形，围火而舞，象征着团结、友爱幸福吉祥。

以上种种，在崖画上都有明显的印迹。

尽管崖画上的人物形象是用简单的线条描绘，但仍然能清楚地看出各种各样的舞蹈姿态及其装饰。如手上的动作有双臂高举，双臂平抬于两侧，双手叉腰，双臂提肘，左手托右手摆动，斜托掌等。步法有“走步”、“踏步”、“虚步”、“前后点步”、“前后抬腿”、“弓步”、“旁点步”其中最多为“马步”、“八字步”，有空中劈叉、似鸟腾飞。其动态全以四肢的屈伸来体现。装饰有耳部画双圈和双圆点；腰部围有裙状物或三角形图案。这些舞蹈动作与装饰显然与现在的佤族羽毛舞及佤族妇女的装饰有着密切的关系。另外崖画中所反映之习俗在佤族中保持最多。这可以证明崖画与佤族有较多的关系。也说明在没有产生崖画之前就有古老的佤族先民在这里生产、生活，同时也产生了羽毛舞。而且羽舞在当时社会生活中起着重要的作用，它是人们精神的主要寄托，也是人们的一项重要的娱乐活动。

佤族羽舞的动律与特征：

佤族羽舞的显要动作部位在下肢，双膝大幅度的屈伸带动着上身的前俯直立的反复运动。与此同时双臂自然前后甩动，由此而形成羽舞的典型舞姿。其舞步比较复杂、多变。跳舞时眼神配合默契，舞步轻巧、灵活、多为“走步”、“踏”、“跺”、“蹲”、“屈膝”、“抬腿”、“擦地”、“吸腿”、“掖腿”、“撩腿”、“盖腿”、“马步”、“踢腿”、“小跳”、“转身”等。舞者关系多为众人围圈，时而面对面，逆时针方向而动，时有顺时针方向的退步，或撒开或向圆心靠拢……。凡此种与保留着的崖画相对照，即可看出它舞蹈的原初风貌与特征，也可看到舞蹈发展的轨迹。时至今日舞蹈名称、动作、队形虽然有较大的发展与变化，但典型舞蹈串贯其中表现出佤族人民的古朴、奔放、粗犷的性格特征。

佤族羽舞的鸟兽模拟并非生搬硬套，而是艺术上的高度创造与提炼，它不仅反映出自然界的表面现象，还提示出事物的本质与规律。因此它比原来的自然物更美、更理想、更受人喜爱。沧源佤族民族民间舞蹈、丰富多彩，有如颜色各异的花朵，开遍佤山。在佤族人民心中占有重要的位置；在不同的历史时期产生了不可忽视的积极作用。

## 六、沧源崖画舞蹈的律动美

邓胤

人体是舞蹈艺术的主要表现工具，而人体的动作又是舞蹈艺术表演的语言，这语言表达的好坏，又看是否有律动性。我们从沧源崖画中是能看到这种律动性的。

在远古没有科学手段记录人类舞蹈的动作，只有靠言传身教将舞蹈世代相传，在这漫长的人类发展过程中社会的变革，自然灾害，战争等等，都难免会使某个民族、某个地区、某个部落的舞蹈消逝失传。而有的民族为了避免这种损失，使本民族的艺术世代相传，就将舞蹈艺术刻绘于崖壁上，准确地把舞蹈队形、舞姿、动态、线条等栩栩如生的记录下来，为我们今天研究探索民族舞蹈艺术提供了珍贵的形象历史资料。

沧源崖画据专家考证迄今已有三千多年的历史，它除了反映生产、捕猎、战争、祭祀、放牧、建筑等有关内容外，还有大量的舞蹈内容场面的描绘，并把舞蹈艺术最基本的特性动态都描绘得极其生动，对舞者的四肢、躯干有节奏的表现出来，作为一种现象的舞蹈造形呈现在我们眼前，使人感到具有一种律动美。沧源崖画据不完全统计仅舞蹈造形就有五十多种，证明古人已开始运用了人体千姿百态的动态性。很早就开展利用了人体的表现能力，已初步掌握认识了舞蹈的基本规律，从崖画中看到这些舞蹈造形并不是单纯的模拟生活，而是经过提炼和加以美化的造形，所以有了较强的律动性。

“舞蹈艺术的律动性是指舞蹈中的全部人体和形态动作，都是按一定的节奏有规律地进行流动的舞蹈。”从沧源崖画中看这种有节奏的流动舞蹈是比较明显的，崖画中充分体现了人体的躯干和四肢作表现具有节奏感的舞蹈动作，姿态和造形描绘了典型化的舞蹈形象。以模拟生活的外在形态逐步抽象形成律动性，使几千年前的舞姿清晰的记录停留凝固在石壁上。笔者肯定崖画的作者本身就是一位能歌善舞的高手，现今崖画地区的佤族仍流传着一些美而动人的故事，很早以前有位叫达赛玛的人从小看到小兔跑、野猪跳、风吹叶子翻、篱子摆、鸡抓食、斑鸠飞等他都模仿，看到人们砍树、种包谷、拔草等他都跟着比，他还经常竖起一块石头或插上一根树枝作圆心围着跳，并编成各种舞蹈。后来他成了佤山的英雄，并在佤山各部落传授舞蹈，提倡以舞祭祀、以舞促生产，后来果真百姓安居乐业，粮食丰收，人畜兴旺。另外还有十八个部落的王子舞蹈大赛的传说等等。就现在崖画附近地区的世居民族同样是能歌善舞有着丰富多彩民间舞蹈艺术的民族。每逢节假日和民俗祭祀活动都必须以舞助兴。

这些民间传说或崖画都说明了这里舞蹈的渊源历史。从崖画中看到舞者手臂的动作变化很丰富，高扬的手势，手臂相连，伸展的手势、手指、手臂、腕、身体、腿、头等各部位的配合协调都有一定的律动性。

从舞蹈的队形上也看到这种律动性，模创的队形，构成了有力整齐赋予节奏律动的舞姿。

崖画中所表现的自娱性舞、祭祀舞、图腾崇拜舞、出征舞、模拟伪装舞、牛角舞等等

都具有浓郁朴实的难以用语言鲜明准确生动表现的律动性。作者所绘的舞蹈形象并非凭空想象随手绘制，而是客观的反映了当时舞蹈的特点准确的抓住了舞者的律动美。

从图例中我们同样可以看到，舞蹈造形和流动动作中的基本体态，多数是保持上身手臂的变化，手势动作有高有低，双臂自然下垂，双手下抱，手绕头顶、左右插腰、单手捶腰、双臂略提肘圆于胯旁等等造形变化都已萌芽了中国民族舞蹈的律动特点；另外就是从舞蹈的内容和造形都表现出鲜明和谐的节奏情绪，把不同场合的感情用不同的律动表现出来，即这样外在形态动作的律动表现了舞者内心的情感，看到了舞者祭祀的虔诚，战争胜利后的喜悦，娱乐时的快感，同样也能使我们看到不同生存环境，不同民族、不同国家都培育出各有差异的民族情感，而不同的情感又形成了不同民族的律动美。

沧源崖画的舞蹈律动美，使我们仿佛还能聆听到远古先民有节奏的音乐声，这种感觉更加深了崖画的律动性，使舞蹈的律动性更加突出。千姿百态的动作，都赋予了动感，展现了崖画特有的神韵。有的诗人和艺术家称舞蹈为“动态的形象诗歌”看沧源崖画确实体会到这一点。虽然舞蹈“语言”瞬间即逝，但是我们透过沧源崖画的舞蹈人物造形同样能窥见到古代舞蹈的律动感。

沧源崖画是静止的，但从赋有律动感的造形中同样可以感到运动的轨迹，同样能感到它是运动的形象，同样产生强烈的动感。所以崖画在感觉上与知觉上给我们产生了审美愉快，说明沧源崖画舞蹈所具备了跳舞者的形态动作，能按照一定的节奏有规律地进行流动的——舞蹈。



## 七、从崖画舞图看中国舞蹈之“圆”

邓胤

云南沧源崖画，距今有三千多年的历史。崖画是用赤铁矿和牛血作颜料混合绘制在石壁上的，图案呈深红色。绘制内容主要是：祭祀，巫术，崇拜图腾，狩猎，战争，舞蹈等。这里笔者仅就崖画中有关舞蹈图形进行分析和研究，从中看一看我国民族舞蹈风格在原始阶段是怎样萌芽和演变的。

人类原始舞蹈的出现是与“图腾”、巫术、祭祀，部落战争、狩猎等分不开的。最初是人类处于激情之下的即兴抒发活动，这种即兴抒发活动在漫长的发展过程中便渐渐地演变为一定规范性的舞蹈，形成各民族不同的舞蹈风格。

我国的民族舞蹈风格从它一开始形成就因本民族所固有的心理差异和审美情趣与西方舞蹈风格迥然不同。西方芭蕾注重开、绷、立、直；我们的民族舞蹈则讲究拧、曲、扭、圆。

请看这样一幅崖画（见图），我们从图中可以看到，舞蹈者以圆圈为中心，双足交叉，

有俩人作臂反卷向左，有俩人臂反卷向右，另一臂向下作摆动状，还有一人双臂向下，一臂稍平。舞蹈者有四人身着颜色，这些颜色代表舞蹈者的服饰，另一舞者（双臂向下者）仅绘轮廓，身部未涂颜色，这个舞蹈者没有服饰、是裸体，这个裸体舞者应是该舞蹈的领舞。

从这些图形中，我们看到，当时的舞蹈步伐顿挫有力，富有韵律，节奏分明，这说明中国舞蹈意识的源流早在几千年前就已经开始萌芽。

舞蹈图中舞蹈者一臂反卷向上，一臂向下有意地追求一种“曲”的造形，好似我们现代戏曲中的“亮相”姿势，身内不涂颜色者，姿态就象现代戏曲的“提襟”。舞蹈者本来可以伸直手臂，却有意要弯“曲”，这绝不是绘者主观所为，而是舞蹈者有意的表演。我们再看舞蹈者共同围绕一个圆的轨迹在运动，这种围绕圆的轨迹运动是我国舞蹈和戏曲至今还保留的一大特点。象走圆场，人们仿佛受到圆心吸引，舞者运动时将身躯尽量倾向圆心。我们所看到的这个舞蹈图也完全具备这一特点。从跑圆场到山膀，提襟，小五花，大刀花，云手等等都具有一种“圆”的轨迹。由此，我们看出“圆”已构成中国古典舞蹈的主要内部结构特征，这种特征早在几千年前就被人民所认识利用，并且保留和发展到现在。正象戏剧家欧阳予倩先生说，全部舞蹈动作可以说无一不是圆的……，是划圆圈的艺术。

这种圆圈的艺术，不仅在舞台上承传了几千年，而且在民间也保留至今。我们可以从一些少数民族舞蹈中看到这种圆圈艺术的早期阶段。如彝族的跳脚舞，白族歌舞，跳金钱棍舞，八角鼓舞，佤族歌舞（打歌），景颇的木脑纵歌，傣族歌舞等都是以圆为中心的划圆圈的艺术。在以圆为中心的舞蹈表演中就是为之伴奏的乐器，也具有圆的特征，如佤族木鼓，铜鼓，太阳鼓，水鼓，大横鼓，热巴鼓，蜂鼓锣及钗，月琴等等。这些“圆”都与民族传统文化分不开，并和民族传统歌舞溶为一体，形成大大小小的圆内有圆，圆外有圆的艺术特征。

我们从这些舞蹈中看到，中国舞蹈因民族心理、民族素质的影响，从它一开始就把圆带入了舞蹈之中，而且，还把人体躯干固定在这个圆形之中，使其一切变化都围绕这个“圆”，在这个圆中拧，倾，扭，曲其造型，无论如何变化，最终还是要回到这个“圆”上来。



从云南沧源崖画舞蹈图中得到这样一个启示，不仅中国民族舞蹈在追求这种“圆”的风格；而且，在整个中华民族文化格局中都以圆为骨架。如建筑上小到四合院大到长城，阴阳八挂图，纪年以十二属相为一轮等等，都是具有内聚封闭的圆形象征。

中国舞蹈对圆的运用，无疑是人类早期认识自然的产物。古人以为天是圆的，而且这种圆形的天能主宰一切。所以对圆产生崇拜，并把这种崇拜渗透到现实生活中，以舞蹈的形式来作为表达崇拜之意。沧源崖画的这些圆形舞蹈，足以说明我们的祖先早在远古时代就把运转无穷的圆溶进了舞蹈艺术之中，期望在这种舞蹈中追求生活与理想上的圆满之圆。

《舞蹈论丛》1989年第2期

## 八、佤族木鼓舞

王世雄

佤族木鼓舞通常被理解为敲着木鼓跳的舞，其实它是佤族木鼓祭祀活动中跳的舞，本来属于祭祀性质。随着佤族社会的发展，佤族木鼓祭祀活动逐渐消亡，这些舞蹈则世代承袭不断发展，更多的具有娱乐性质和表演性质。

要了解木鼓舞，首先得了解木鼓。木鼓，佤语称“稿买克罗”，它用整段大树挖空而成，用木棒敲打即可发出咚咚的响声。它被佤族认为是通神的工具，也是一种统一的军事信号，是佤族人民历史上用来驱邪做鬼，召集部落成员，告急友邻，出征决斗所不可缺少的用具。

木鼓的产生，有人认为是父系家长制的产物，是父权制确立的标志。它随着氏族公社的解体和农村公社的产生与发展，才逐步演变为村寨或姓氏标志。在民间，木鼓的起源有多种传说。西盟的新厂大寨有这样一种传说：很久以前，有一个叫格来都的头人讨了三个婆娘，一个叫颇托，一个叫玉狗，一个叫布吕张。颇托不育，买了个养子叫岩坎摆。许多

年以后，岩坎摆长成了英俊彪悍的大伙子。这一年，格来都外出做生意，颇托竟勾引养子与之发生性关系，颇托由此大病一场，久治不愈。格来都回来，请魔巴（巫师）岩采来杀鸡做鬼、卜卦问天。岩采遵照“老天的暗示”要格来都去砍一段木头、砍一个人头来祭鬼。格来都就去砍了段木头做成木鼓，但连做几个都敲不响、岩采又依照“老天的暗示”告诉他“木鼓要照着颇托生殖器的样子去做才会响，人头要砍岩坎摆的头来祭才会灵”。格来都感到“天命难违”，一一照办。从此砍木鼓、猎头祭的习俗就流传了下来。在西盟窝朗寨、则传说木鼓是古人为求雨而产生的，人从“司岗”里出来以后（佤族人类起源传说），由于干旱缺水难以生计，魔巴尼呵传达了神的旨意，叫人砍木鼓拉木鼓，从此以后才有了水。

木鼓的起源无史可考，它应该是佤族多神崇拜的产物。佤族以万物有灵的观念去解决一些难以理解的自然现象。他们认为世间万物都是一个叫“木依吉”的鬼创造的，拉木鼓、作鬼、供人头、剽牛都是为了供奉木依吉，跳舞是为了娱乐木依吉，敲木鼓是为了使木依吉听到鼓声下来接受供奉。木依吉掌握着人的生命，梦见它是吉兆，梦见被它拉走是凶兆。木依吉赋予了世间万物的精灵，而掌握谷子生长的精灵司欧布就住在木鼓房，所以每年撒完谷种，盖木鼓房、都要祭它，以求丰收。

佤族每年的祭祀活动始于拉木鼓。拉木鼓实际是拉木鼓树，就是把准备做木鼓的树从山中拉回来。拉木鼓是佤族村寨中的大事，全寨人都要参加这项活动。

木鼓树一般选用坚硬的化桃树。伐木时，由村寨头人、魔巴带领持刀、枪、弩、砍刀等器械的男子择吉日黑夜上山，在事先选好的树下献上贡品，鸣枪驱鬼，尔后魔巴念念有词，大意为：红木树是最好的白窝，化桃树是最好的木鼓。我们让你疼痛，是为了我们得到富足；我们让你死去，是为了我们不会饥饿。我们让你疼痛，你就让我们的小豆结出果实；我们让你死去，你就让我们的庄稼获得丰收。念完，魔巴挥斧先砍几下，尔后大伙轮流砍树，断出三至四公尺的一截，两头凿上树耳，拴上粗藤索，这便是要拉的木鼓树了。

拉木鼓之日，全寨男女老少上山、前拉后推、热闹非凡。如果当天不能把木鼓拉回寨子，就要留下几个身强力壮的男子守着，次日要接着拉，他们认为，若守不住，木鼓就会被树鬼拉回去。不论寨子多远，一般要在五天之间拉到，而且回到寨子那天应是属马日或是属牛日……

木鼓拉到寨门外，一般要停放两三天，等候魔巴杀鸡卜卦，剽牛祭祀，做鬼念咒，其祭礼过程比较复杂。祭完以后，才将木鼓拉进寨内由工匠凿制，凿制成以后还要去砍人头来祭，猎人头，祭木鼓都有一些祭祀过程，每个祭祀过程中都伴有舞蹈。

整个木鼓祭祀过程中所产生的舞蹈可分为“拉木鼓”、“跳木鼓房”、“剽牛”、“供头舞和送头舞”等几种组合。

1、“拉木鼓”、佤族称“克鲁克罗”。就是将木鼓拉回寨中，再从寨外拉进寨内时产生的舞蹈，拉木鼓虽是一个劳动过程，但在拉的时候合着一定节拍使其用力一致、同时也反复地往前后相互拉动作乐，也就具备了一定的自娱性质。拉木鼓的人数不限，由魔巴手执树叶指挥领唱，众人拉着藤索踏着节拍拉动，其动作简单而稳重有力。行进途中前拉后推，当遇到平地时，大伙便会前拉一阵，后拉一阵，逗趣作乐，特别是从寨外拉寨内时，更是歌舞作乐的好时机，青年男女可以借此机会互相传递感情。人们拉一段路程唱跳作乐一阵子，这时候，歌声、吼声、跺脚声连成一片，声势浩大威武壮观，充分表现了佤族人

民强悍的民族气质和团结一致的奋进精神。

2、“跳木鼓房”。佤语称“格老尼克罗”。就是当人们把木鼓树拉到寨中以后，放到木鼓房旁的空地上开始歌舞祝贺，具有一定庆贺性质和自娱性质的舞蹈。各个地区跳木鼓房的形式不同。在西盟小马散地区仅有一种跳法：男女老少若干舞者拉手围成一圈，边唱边跳，无乐器伴奏。领唱时，众舞者双膝微屈、身前俯、右脚先起，合着节拍跳三步一跺脚。合唱时，众舞者挺胸抬头，逆时针方向走步移动，双手随之举起放下，如是往复。而沧源一带的佤族跳木鼓房则有“跳一下”（高格代）、“跳三下”（高累代），“送膝舞”（高多俄），“锣鼓舞”（高格龙勐）四种跳法，伴奏乐器有吹芦笙者一人领舞，其余打击乐伴奏者在一旁伴奏，男女舞者围成内外两个圆圈或者围成一个大圈。其舞步以“一步一跺”、“一步一踢”、“三步一跺”、“三步一踢”为多。四种跳法从简单到复杂，腿的屈伸和身的俯仰频繁而自然，每一步都有双膝弹动之感，走则轻柔，跺则有力，擦地起落，顺势踮脚，走跳结合、十分和谐。再配以各种打击乐的音响效果，更显得柔中有刚，刚柔合一；既潇洒自如，又节奏分明。上身的起伏则顺势变化，使整体舞姿娴熟中透出豪放，刚劲中显出和谐，给人一种热烈、美好愉悦之感。

3、“敲木鼓”。佤语称为“歹克罗”。当工匠凿制好木鼓，就抬入木鼓房上架敲打，人们便闻声而至，男女老少围成一个大圆圈，合着鼓声的节奏跳转。击鼓者多为四人男性，他们右手持鼓槌敲打，左手执竹片敲打，使木鼓发出四种高低不同的音调。击鼓者的基本动作是“八字步”，“半蹲”，转身送胯。时而抬腿伸缩，时而舞槌转圈。跳到兴起，动作幅度随之，鼓点也越加激烈，歌声也就越加浓厚。敲木鼓的动作粗犷、质朴而富韧性，热烈而又奔放。最精采的是有鼓手相互邀约。村寨之间进行击鼓比赛，谁敲得最动听最热烈，舞姿最优美、舞步最整齐，大家就会把他团团围在中间，由姑娘们端着水酒向他们祝贺，传递敬佩之心，表达爱慕之情。

4、“剽牛舞”。每逢剽牛祭祀，在剽牛后的第二天跳剽牛舞。剽牛舞在剽牛人家的竹楼上进行，有一种“驱鬼逐邪”的意思。舞者二人，一人魔巴左手端盛满水酒的竹筒，右手握剽杆在前面跳，另一舞者吹芦笙伴奏，跟在魔巴后面跳。魔巴边跳边唱边泼洒水酒，挥着剽杆“驱邪除鬼”，尔后还要捧一块牛肉，念念有词以敬祈平安。二人在室内来回跳转，其动作稳健肃穆。剽牛后，也有集体性庆贺舞蹈，大多在剽牛场上进行，跳自娱性集体圆圈舞，唱词多以剽牛祭祀为内容。

5、“砍头刀舞”。历史上，部分佤族地区的木鼓祭祀活动与猎头祭祀往往连在一起，每当猎头者得获而归，众人并到寨外迎接，这时候为示庆贺，众人跳“迎头舞”，猎头者跳“砍头刀舞”。砍头刀舞有“单刀舞”、“双刀舞”二种。其基本动作上、下、左、右挥动长刀、作砍劈动作，并按逆时针方向“踏脚步”跳转，双刀舞一人跳，单刀舞可四人一齐跳。

6、“供头舞和送头舞”。凡猎到人头（或兽头）来祭木鼓，全寨人围着木鼓跳“供头舞”。人头供一段时间要放到鬼树林，全寨人就跳“送头舞”。两种舞的跳法相同，边跳边唱，无乐器伴奏，多以屈膝转身，缓缓移动为动律、气势不如“拉木鼓”壮阔、舞步不如“跳木鼓房”豪放。跳“供头舞”时，唱词多为表达祈求平安幸福，跳“送头舞”时大多唱一些为亡者送行的沉痛之词，是为娱神。

木鼓舞随着木鼓的产生而产生，围绕着木鼓祭祀活动形成了一系列具有独特风格和特

别功能的舞蹈，它是佤族人民自然崇拜和神灵崇拜的一种体现。随着历史的前进，人类社会的发展，木鼓舞则逐步发展为自娱自乐的群众性舞蹈，成为一种反映佤族民族灿烂历史文化、反映强悍的民族精神、反映佤族人民向往光明、向往幸福的执着追求的一种民族文化艺术，近几年来，文艺工作者在传统舞蹈的基础上经过加工整理，使木鼓舞以它更新的形式出现在舞台上并且引起了很大反响。随着时代的进步，木鼓舞还将会赋予它更多更新的内容。

原载 2001 年 2 月《民族大家庭》

## 九、浅谈佤族舞蹈的传承与风格

王世雄

### 一、佤族民间舞蹈的传承与发展

在有三千多年历史的沧源崖画上，就有佤族先民狩猎、杂耍、舞蹈等画面，证明佤族民间舞中已有几千年的发展历史了。佤族在自己漫长的繁衍生息岁月中，根据自己的社会实践充分发挥了他们伟大的创造力和艺术智慧，创造了丰富的民间舞蹈艺术，并随着佤族社会的发展，民俗事象的沿袭代代相传，从而在原始舞蹈的基础上不断发展，在本民族舞蹈艺术的基础上不断接受外来先进文化的影响，使今天的佤族民间舞蹈既有纵向传承的独立性，又有横向传播的融合性。

佤族民间舞蹈的纵向传承，是指佤族民间舞蹈的产生和发展与古老的民俗活动一脉相承。佤族民间舞蹈的横向传播，是指它在自身发展过程中又与其他民族舞蹈相互融合。佤族社会历史的发展不是孤立的自我运动，它与各民族乃至整个人类社会的发展产生着必然的联系，同样，佤族民间舞蹈的发展也会与各民族文化历史的发展产生必然的联系，至于我们今天所看到的佤族民间舞蹈，往往具有“合金文化”的特点。

佤族民间舞蹈的纵向传承，使它在内容和形式上有相对的独立性。它和佤族独特的习俗和历史文化有必然的联系，特别是一些祭祀性舞蹈，它与佤族古老的禁忌风俗密不可分。如“木鼓舞”，它与整个木鼓祭祀活动是紧密联系在一起的。木鼓，被佤族认为是通天的神物，敲木鼓、拉木鼓，甚至于砍木鼓树，都被认为是十分神圣的事情，都要伴随着一整套祭祀活动，每一项祭祀活动都伴有歌舞，用歌舞来表现敬祈之情，既可娱“神”，又可娱己。再如“叫谷魂舞”，它是在收获之前祝祷丰收的一种祭祀舞蹈。“叫谷魂”就是要把“谷魂”叫回家中，让谷物把粮仓装满，让粮食获得丰收，于是人们就用谷杆做成“毕糯”当伴奏乐器，围着舂米的臼窝唱唱跳跳，把“谷魂”叫回家中。

由此可见，佤族的各种信仰和崇拜是产生这些祭祀性舞蹈的社会根源，它的思想基础是万物有灵的原始信仰，他们从一种具体事物中抽象出一种“神灵”，把它加以人格化，并用这种观念去解释人们所不能理解的一切自然现象，然后通过自然崇拜、祖先崇拜、精灵崇拜等来“消灾获福”，通过各种祭祀活动祈求保佑和帮助，于是便产生了接新水要

“做水鬼”，砍木鼓树要做“树鬼”。人死后要变成“莫昂”，所以要为它“超度”，让莫昂高兴，让它庇佑后人。这些祭祀的沿袭带动了各类祭祀舞蹈的世代传承，随着社会的发展，有些祭俗已不复存在，但这些舞蹈则长久流传于民间，又以其他形式传承发展。

佤族社会独特的生产生活方式，也使他世代相袭的自娱性舞蹈具有独特风格。从沧源崖画的舞蹈图形上看，它的围圈、拉手、抬腿、提襟等，与现在佤族民间舞蹈动律十分相近，许多模拟劳动生产、鸟兽动作的舞蹈，往往带有明显的狩猎穴居、围火取乐的原始痕迹。

佤族社会独特的生产生活方式以及大量存在的古老遗风，使流传至今的佤族民间舞蹈具有浓厚的原始性和独立性。

佤族民间舞蹈的横向传播，使它在内容和形式上变异与融合，不断地随着佤族社会的发展而发展。

这里说的变异，是指某种舞蹈在传承发展过程中所产生的舞蹈功能的变异，即它的文化内涵发生质的变化。例如“木鼓舞”，它原本是用于木鼓祭祀活动，在特定的环境下才跳的舞蹈。随着社会的发展，木鼓祭祀活动已不存在，但这些舞蹈则长期流传民间，并且改变了它舞蹈的特定环境，变成了现在不分场合都可以跳的自娱性舞蹈。

所谓融合性，是指佤族民间舞蹈在横向传播中，不断吸收外来文化的营养来丰富和发展自己的传统文化。例如：沧源佤族打歌，许多套路与镇康德昂族打歌十分相似。沧源、永德等地佤族“跳摆”也是吸收当地傣族民间舞蹈营养的结果。由于各民族文化的相互交流，佤族民间舞蹈也就不断丰富、不断发展。

佤族民间舞蹈随着佤族社会的产生而产生，随着佤族社会的发展而发展，佤族民俗事象的沿袭，给代代相传的佤族民间舞蹈赋予了丰富的文化内涵；佤族社会的文明进步，给佤族民间舞蹈展示了更广阔的发展前景。

## 二、佤族民间舞蹈的风格特征

流传在佤族中的民间舞蹈种类很多，若以主要伴奏乐器和主要道具划分，可分为“木鼓舞”、“铓锣舞”、“象脚鼓舞”、“蜂桶鼓舞”、“芦笙舞”、“口弦舞”、“三弦舞”、“毕颂舞”、“竹竿舞”、“白棒舞”、“棺材舞”、“扫帚舞”、“刀舞”、“毯子舞”等等。若以舞蹈对象分，又可分为：“青年舞”、“集体舞”、“女青年舞”、“魔巴舞”、“少儿舞”等等，若以功能性质分，可分为“祭祀舞”、“丧葬舞”、“自娱舞”和表演性舞蹈等，若以舞蹈形式分，可分为“生产舞”、“拟兽舞”、“游戏舞”等等。这种划分当然只是相对的，许多舞蹈往往是多种乐器伴奏。譬如“木鼓舞”中就有芦笙、铓锣、铜鼓等打击乐器伴奏，芦笙舞中又可能有笛、弦、毕颂等乐器伴奏。但是“木鼓舞”不能少木鼓，“芦笙舞”不能没有芦笙，其他乐器可少一件或多一件，各类舞蹈可以在不同场合产生多种跳法，产生多种功能。就芦笙舞而言，在沧源佤族自治县就收集到 80 多种组合。

总的来看，佤族民间舞蹈的表现形式有围圈、联袂、对称、且歌且舞，有一定程式特点；从动律上看，有屈膝弹动、重拍向下、节奏感强（韵律感）、动作幅度大、有较大随意性等特点。

围圈。沧源崖画中有这样的图案：画一个圆圈代表地面，舞者以此为中心，双足交叉围圈而舞。由此可见，佤族民间舞蹈在原始阶段就是围绕一个圆的轨迹在运动。“它一开始就把圆带入了舞蹈之中，而且，还把人体躯干固定在这个圆形之中，使其一切变化都要

围绕这个圆，在这个圆中拧、倾、扭曲其造型……”（邓胤《从沧源崖画舞图看中国舞蹈之“圆”》）。可以作这样的设想：先民们狩猎有获，便燃起熊熊大火烤食之，继而围着火堆拉手围圈唱跳作乐，模拟各种动物动态的舞蹈即日开始。或许这就是崖画中所描绘的舞蹈圆圈艺术的早期阶段，经过几千年传承，以至今天的佤族民间舞蹈大多是集体圆圈舞，而且多为逆时针方向跳转，周而复始，如是往复。

联袂。佤族民间舞蹈的动作变化多在于腿与脚的变化。所要模拟的事物，所要表现的生活内容，都以腿和脚的变化来体现。除伴奏者以外，大多是男女围成内外两个圆，或拉手、或扣手、联袂歌舞。

对称。佤族民间舞蹈的对称性不仅表现在舞者成双成对和整个舞蹈场面的均衡对称，还表现在动作结构的对称上。许多舞蹈男女成对，或女舞者围在里圈，男舞者围在外圈，相对起舞，在某一个组合中，往往会出现男舞者逆时针方向跳转，女舞者顺时针方向跳转的对称动作。在动作结构上，往往是向前做一次，很可能就向后做一次；向左做一次，又可能向右做一次。

且歌且舞。佤族民间舞蹈往往是歌和舞连在一起的，每舞必歌。特别是一些自娱性舞蹈，激越、昂扬的歌声与吼声往往与豪放的舞蹈动作结合在一起，使之更加奔放，更加振奋人心。

有一定程式。佤族民间舞蹈有一些比较固定的套路。这些套路来源于生活，往往借鉴自然物的动态和姿势演化而成，在不断发展中形成了独立的规范性动作。诸如：“三步一跺”、“三步踢”、“双跺单踢”等等。这些组合运用到某个节目中就形成了新的舞蹈组合形式。如：先跳一个固定组合动作，“三步一跺”或“三步踢”，再加上一个或几个模拟自然物的特殊动作，就此形成“薅子摆”或者“龙摆舞”等这样一些模拟性舞蹈节目。这种程式化的舞蹈组合可以在某个舞蹈的开头出现，也可以在每个节目的各个阶段出现，可以是前八拍动作中出现，也可以任何几个节拍动作中出现，可以出现一个，也可以出现多个，一个固定组合可以在同一节目中出现一次，也可出现多次。

屈膝弹动，重拍向下。双膝屈伸、张弛频繁，是佤族民间舞蹈的主要动律特征。各个舞蹈节目的走、跑、跳，都配合着双膝有节奏地张弛弹动，因称之为“弹动步”、“弹进退步”、“弹动转身步”。上身随势起伏。基本步伐大多是重拍向下，从轻到重。走则柔中有刚，跑则刚中有柔，跳则粗犷，跺则有力，给人一种欢快、激越、奋发向上的豪放之感。

韵律感。佤族民间舞蹈每一个节目都是在统一的基调上连贯、流畅，有节奏地进行。舞曲从弱到强，舞步从轻到重，舞者的情绪也随之从欢快到激扬，都是在统一的节奏下连贯进行。即使是象“儿童舞”、“奇笼笼”、“甩发舞”这样一些没有乐器伴奏的舞蹈，也是在明确、严整的民歌节奏下完成舞蹈动作的。舞蹈音乐的节奏规范着每一个舞蹈动作，使其成为和谐、自然、连贯的“律动”。

随意性。佤族民间舞蹈要求在统一的节奏下来进行，一招一式都要整齐，“打歌阿要脚步合，脚步不合脚整脚”。指的是舞步的走、跑、跳、跺都需要在统一的节奏下完成，避免“乱套”。但是，上身的俯仰、手势的变化、动作的幅度，又因舞者的兴趣各异，且有很大的随意性，同一个舞蹈在不同舞者中就会出现不同的风格，从力度、角度、幅度各方面都十分随意，即使是同一舞者，在不同场合，不同情绪支配下，也会一次与一次跳的

风格不同。

佤族民间舞蹈大都刚劲雄浑，腿的力度强，身的俯仰幅度大，集中体现了居于山区的民族文化特点。一般情况下，男舞者的动作幅度比女舞者的动作幅度大一些，大跨大跳，豪放有力，引人亢奋。舞至兴起，往往左走右跺，走则有韧性，跺则有力度，再配以激扬的呼声与合声，越显得豪放。近年来，佤族民间舞蹈通过文艺工作者加工，不断被搬上文艺舞台，不仅展示了它的粗犷豪放之美，也赋予了它艺术的蓬勃向上之美。佤族民间舞蹈作为佤民族宝贵的文化艺术财富，将会不断得到发掘利用，并且在佤族人民群众中“显示出永久的魅力”。

1993年5月《民族艺术研究》

# 佤族节日调查表

(表一)

地名	西盟佤族自治县	节日名称	拉木鼓
举行日期天数	公历的十二月至一月，一般需四至十天		
主要活动形式规模及风俗习惯	“拉木鼓”是佤族全寨乃至全部落的大事。由一户主持，全寨以经济、食物相助。主要活动有杀鸡看卦、选树、砍树、拉木鼓（即把鼓料拉回来木鼓房制作）剽牛取肝、看卦、庆贺木鼓上架等。		
历史源流流传地区	“木鼓”是父系氏族确立的产物、村寨或姓氏的标志，佤族认为木鼓能保寨子平安、人畜少病、谷物丰收。在西盟各佤族村寨广泛流行。		
有何艺术活动	“拉木鼓”活动本身就是全民性的歌舞活动，有唱有跳、有领有合，歌声震天，舞步动地。除此以外还有《跳木鼓房》、《敲木鼓》等，近年来，西盟开始举办“木鼓节”，是这种传统拉木鼓活动的延伸。		
备注	在一个寨子里“拉木鼓”不一定年年组织。原木鼓已坏需更换或是因灾害较多，他们认为原木鼓不显神灵，才拉新木鼓压邪。		

## 佤族节日调查表

(表二)

地 名	西盟佤族自治县	节日名称	砍牛尾巴
举行日期及天数	每年公历春季，一般十七天。		
主要活动形式 规模及风俗习惯	“砍牛尾巴”是佤族最隆重的宗教活动和节庆日。整个活动有剽猪、杀鸡做鬼、剽牛数条（多者二、三十头），砍牛尾巴供众抢肉，以此机会表现男子勇敢。全寨忌生产劳动数日，把供在木鼓房的旧人头送往寨外的鬼树林里。		
历史源流 流传地区	他们认为，“木依吉”是创造万物的鬼，剽牛祭祀就是为供奉它，保佑谷物丰收，寨子平安。“砍牛尾巴”在西盟佤族村寨流传广泛。		
有何艺术活动	载歌载舞庆贺，一连数日不止。主要跳的舞蹈有《剽牛舞》、《打饼舞》、《春碓舞》、《欢乐舞》等。		
备 注	在一个佤族寨子里，一年内砍牛尾巴的家数不止一户，他们认为越多越好，一户接一户地做“砍牛尾巴”鬼，一连数月方止。		

## 佤族节日调查表

(表三)

地名	双江拉祜族、佤族、布朗族、 傣族自治县	节日名称	老大节
举行日期 及天数	佤历九月（农历六月二十四）一天。		
主要活动 形式规模 及风俗习惯	祭“火神”这天是各户杀鸡献饭自祭，以求神灵保佑全寨平安，不要出现火灾，晚上撒火把。		
历史源流 流传地区	全县佤族村寨。		
有何艺术活动			
备注			

## 佤族节日调查表

(表四)

地名	双江拉祜族、佤族、布朗族、 傣族自治县	节日名称	老二节
举行日期及天数	佤历十月（农历七月十五）一天。		
主要活动形式规模 及风俗习惯	这天是各户杀鸡献饭祭祖宗以求保佑宗族平安、兴旺发达。		
历史源流 流传地区	全县佤族村寨。		
有何艺术活动			
备注			

## 佤族节日调查表

(表五)

地名	双江拉祜族、佤族、布朗族、 傣族自治县	节日名称	老三节 (春节)
举行日期及天数	佤历四月（农历一月）一至三天。		
主要活动形式 规模及风俗习惯	白天打陀螺，晚上通宵达旦载歌载舞。		
历史源流 流传地区	全县佤族村寨。		
有何艺术活动	晚上载歌载舞通宵达旦。		
备注			

## 佤族节日调查表

(表六)

地名	双江拉祜族、佤族、布朗族、 傣族自治县	节日名称	新 年
举行日期及天数	佤历十二月（农历九月）一天。		
主要活动形式 规模及风俗习惯	这天佤族较为重视，各寨的老年人要聚集在头人家里卜卦，以卜来年的年景。青年人要集体做好事、修桥、补路。晚上聚集唱调，互相勉励、调解矛盾。		
历史源流 流传地区	全县佤族村寨。		
有何艺术活动			
备 注	卜卦在头人家里，青年人在野外。		

# 佤族民间舞蹈调查表

(表七)

地名	舞蹈名称	表演内容及形式	舞蹈源流、演变及流传地区	音乐伴奏	艺人名称
沧源县岩帅镇建设办事处	木鼓舞	对神灵信仰的男女集体舞蹈	原始早期舞蹈、流传建设、永改、帕结、安也、戛驮	芦笙、木鼓、铜鼓	李赛寨、陈块可、陈夏保、李衣块、陈叶惹、赵衣块
沧源县班老南腊部分地区	悼念舞	悼念有名望的死者及安抚死者亲属的习俗性男女集体舞	当地早期舞蹈、流传班老、南腊	无伴奏	鲍三沐税白达等
沧源县岩帅镇	臼棒舞	祭奠死者的男女集体舞蹈	当地早期流行的舞蹈	铜铃、臼棒、竹杆	鲍正荣
沧源县糯良	拉木桥	习俗、祭祀、娱乐并存的集体舞	当地早期舞蹈	钗、象脚鼓	陈三木倒卫三木倒钟三木倒
沧源县班老乡上班老村	刀舞	属防身的集体男性和个人表演的舞蹈（刀术）	当地早期舞蹈（刀术）	无伴奏	杨赛勐
单甲乡永改村	三弦舞	自娱性的男女集体舞	当地早期舞蹈	三弦	赵三木惹
沧源县永和乡永和村	口弦舞	自娱性男女集体舞	源于岩帅镇联合办事处	口弦	肖尼勤

地名	舞蹈名称	表演内容及形式	舞蹈源流、演变及流传地区	音乐伴奏	艺人名称
沧源县班老乡 上班老村、勐来乡曼来村	蜂桶鼓舞	自娱性男女集体舞	当地早期流行舞蹈	蜂桶鼓	王讲地李岩板
沧源县	打歌	自娱性男女集体舞	当地早期舞蹈流传全县各地	笛子、三弦	田惹块 李学军 李小大
沧源县糯良南撒村	毕颂	自娱性男女集体舞	当地早期舞蹈	毕颂	鲍伟
沧源县	跳摆	习俗、自娱性集体舞	小乘佛教传入始有班洪、南腊、勐来等地	象脚鼓、 蜂桶鼓、镲	鲍纳相
沧源县永和	甩发舞月亮升起来多依花	属女青年集体舞	当地早期舞蹈，流传岩帅、班老、永和、新寨等地	无伴奏	田叶拉 白叶相 肖叶弄
沧源县岩帅镇	少儿歌舞	自娱性少儿集体舞蹈	当地早期舞蹈流传岩帅、班老新寨、永和	无伴奏	田叶拉 白叶相 肖叶弄
沧源县	芦笙舞	习俗自娱性集体舞蹈	当地早期舞蹈流传全县各地	芦笙	李岩不勤 李尼不勤 肖戛解 鲍尼门
双江县	揩膝盖歌	自娱性和表演性集体舞蹈	当地早期舞蹈、流传沙河勐峨村	芦笙 小三弦 笛子	陶老三 盖老大
凤庆县	对脚歌	自娱性集体舞蹈	当地早期舞蹈、流传德思里乡新田村	芦笙 笛子 三弦	杨照发 李接杨

地名	舞蹈名称	表演内容及形式	舞蹈源流、演变及流传地区	音乐伴奏	艺人名称
西盟县	拉木鼓 跳木鼓房 敲木鼓	属群众祭祀性或娱乐性集体舞蹈	当地早期舞蹈	木鼓、铓、镲、鼓	岩盆冷 岩养 岩扫
	剽牛舞 砍头刀舞 迎头和送头舞		翁戛科村岳宋村	德、湃	岩罗斯 岩门 岩可 岩扫
	哦咳朗 雪管朵 雪排吉		全县各乡	象脚鼓、铓、镲	娜夏 娜南 岩胖
	对脚歌 八跺脚 对穿花 毯子舞	属自娱性集体舞蹈	当地早期舞蹈流传全县各乡	笛、德、湃	岩夏 娜灰
西盟县	甩发舞	属女性集体和个人表演的舞蹈	早期舞蹈 岳宋村、中课大寨、莫窝	无伴奏	娜唤
	棺材舞 扫帚舞 捣耳朵	属群众丧事祭奠舞蹈	当地早期舞蹈流传新广、莫窝	棺材竹 扫帚	岩真 岩领太 娜唤岩满
	春碓舞 小红米长 摘树果 芒果树	属少儿歌舞	当地早期舞蹈中课村、傈僳村、莫窝村	无伴奏	娜英 叶贡 娜吕

## 艺人登记表

(表八)

姓名	艺名	性别	年龄	族别	职务	擅长何种舞蹈	详细地址	备注
李赛寨		男	70	佤	农民	木鼓舞、芦笙舞	沧源县建设大寨	
李依块		女	60	佤	农民	木鼓舞	沧源县建设大寨	
田叶拉		女	60	佤	农民	儿童舞	沧源县岩帅大寨	
赵俄戛		男	51	佤	农民	白棒舞	沧源县岩帅大寨	
田惹块		男	42	佤	农民	青年舞	沧源县岩帅大寨	
尹搞戛		男	80	佤	农民	跳三圈	沧源县团结大寨	
钟三木戛		男	53	佤	农民	芦笙舞	沧源县怕秋大寨	
李岩纳		男	67	佤	农民	芦笙舞	沧源县怕迫大寨	
卫六惹		男	54	佤	农民	芦笙舞	沧源县班考大寨	
陈三木倒		男	60	佤	农民	拉木桥	沧源县南撤大寨	
钟三木倒		男	76	佤	农民	刀舞	沧源县南撤大寨	
鲍伟		男	35	佤	农民	毕颂舞	沧源县南撤大寨	
杨赛勐		男	68	佤	农民	刀舞	沧源县上班老寨	
白衣红		女	50	佤	农民	儿童舞	沧源县上班老寨	
王纳满		男	51	佤	农民	水鼓舞	沧源县上班老寨	
白达帅		男	75	佤	农民	佤族跳摆	沧源县上班老寨	
王卢抗		男	45	佤	农民	芦笙舞	沧源县班搞村	
白衣相		女	44	佤	农民	甩发舞	沧源县班老新寨纳勐村	
李衣相		女	45	佤	农民	月亮升起来	沧源县班老新寨纳勐村	
李学军		男	24	佤	农民	三弦舞	沧源县南腊焦山村	
龙小三		女	28	佤	农民	打歌	沧源县南腊焦山村	

姓名	艺名	性别	年龄	族别	职务	擅长何种舞蹈	详细地址	备注
白俄块		男	52	佤	农民	芦笙舞	沧源县南腊海牙村	
彭尼倒		男	50	佤	农民	芦笙舞	沧源县莱片村	
李正明		男	45	佤	农民	芦笙舞	沧源县南板村	
田子明		男	43	佤	农民	芦笙舞	沧源县和平村	
李梅倒		男	45	佤	农民	芦笙舞	沧源县和平村	
肖开果		男	55	佤	农民	芦笙舞	沧源县回珠村	
陈岩少		男	59	佤	农民	芦笙舞	沧源县单甲村	
肖戛解		男	57	佤	农民	芦笙舞	沧源县戛驮乡	
肖三木惹		男	55	佤	农民	芦笙舞	沧源县戛驮乡岛里村	
赵岩改		男	56	佤	农民	芦笙舞	沧源县永改村	
赵三木惹		男	53	佤	农民	芦笙舞	沧源县永改村	
赵岩改		男	55	佤	农民	三弦舞	沧源县永改下寨	
卫三木桑		男	50	佤	农民	芦笙舞	沧源县永武村乡	
卫尼色		男	54	佤	农民	芦笙舞	沧源县永武村乡	
卫卞燕		男	50	佤	农民	芦笙舞	沧源县永武乡刀埂村	
赵岩保		男	42	佤	农民	芦笙舞	沧源县永武乡刀埂村	
田倒不勒		男	60	佤	农民	跳新房	沧源县拱撒村	
李岩板		男	49	佤	农民	芦笙舞	沧源县丁来村寨	
李岩不勒		男	43	佤	农民	芦笙舞	沧源县永安村	
杨岩搞		男	45	佤	农民	芦笙舞	沧源县翁丁村	
肖三保		男	51	佤	农民	芦笙舞	沧源县芒摆村	
李赛门		男	40	佤	农民	芦笙舞	沧源县芒摆村	
陈三坡		男	55	佤	农民	芦笙舞	沧源县永冷村	
李三木茸		男	68	佤	农民	芦笙舞	沧源县永冷村	
鲍赛门		男	49	佤	农民	芦笙舞	沧源县坝卡村	
田六戛		男	52	佤	农民	芦笙舞	沧源县坝卡村	
王岩胆		男	49	佤	农民	芦笙舞	沧源县坝卡村	

姓 名	艺 名	性 别	年 龄	族 别	职 务	擅 长 何 种 舞 台	详 细 地 址	备注
肖岩惹		男	59	佤	农民	芦笙舞	沧源县永和村	
陈尼倒		男	53	佤	农民	芦笙舞	沧源县永和村	
肖尼勒		男	43	佤	农民	口弦舞	沧源县永和村	
鲍三木惹		男	43	佤	农民	芦笙舞	沧源县拢耐村	
卫岩不老		男	47	佤	农民	芦笙舞	沧源县芒阳	
鲍那相		男	45	佤	农民	跳摆	沧源县上班老永懂寨	
鲍岩消		男	50	佤	农民	跳摆	沧源县上班老永懂寨	
肖俄毛		男	39	佤	农民	芦笙舞	沧源县明良上寨	
王 二		男	60	佤	农民	跳摆	永德县永康南木村	
杨才五		男	64	佤	农民	跳摆	永德县德党凹子村	
盖老大		男	71	佤	农民	打歌	双江县沙河乡勐峨村	
李接杨		男	51	佤	农民	打歌	凤庆县德恩里乡新田村	
杨正宇		男	44	佤	农民	打歌	凤庆县德思里乡立平村	
娜 唤		女	35	佤	农民	少儿歌舞和祭祀舞	西盟县岳宋村小新寨	
娜 颂		女	50	佤	农民	摇篮舞	西盟县岳宋村小新寨	
大岩布来		男	50	佤	农民	哭豹子、猴子舞	西盟县岳宋村小新寨	
岩 张		男	60	佤	农民	拉木鼓、送头舞	西盟县岳宋村小新寨	
岩 城		男	56	佤	农民	祭头舞	西盟县岳宋村大寨九社	
岩 瑞		男	40	佤	农民	丧事舞	西盟县岳宋村大寨六社	
娜 荣		女	58	佤	农民	复仇歌舞	西盟县岳宋村大寨八社	
岩 考		男	56	佤	农民	射日舞	西盟县岳宋村大寨五社	
岩四伟		男	52	佤	农民	长头发的姑娘等	西盟县岳宋村大寨五社	
娜 俄		女	32	佤	农民	娜很带珠珠等	西盟县岳宋村大寨五社	
岩 给		男	56	佤	农民	敲木鼓等	西盟县班帅村八社	
岩 扫		男	43	佤	农民	敲木鼓等	西盟县班帅村十社	
岩 门		男	46	佤	农民	砍头刀舞等	西盟县翁戛科乡英历下寨	有影响
岩 孔		男	53	佤	农民	供虎头、豹头舞	西盟县公戛科乡英历下寨	

姓名	艺名	性别	年龄	族别	职务	擅长何种舞蹈	详细地址	备注
娜 夏		女	46	佤	农民	手绢舞等	西盟县翁戛科乡英历下寨	
娜 丙		女	52	佤	农民	手绢舞等	西盟县翁戛科乡英历下寨	
岩 可		男	70	佤	农民	迎头舞等	西盟县翁戛科乡英候大寨	有影响
岩 糯		男	50	佤	农民	大鼓舞等	西盟县翁戛科乡英候大寨	有影响
娜 给		女	45	佤	农民	手绢舞等	西明县翁戛科乡英候小寨	
娜 约		女	50	佤	农民	大鼓舞等	西盟县翁戛科乡英候小寨	
岩 可		男	30	佤	农民	跳木鼓房	西盟县龙坎村靠来上寨	
娜 约		女	65	佤	农民	跳木鼓房	西盟县龙坎村靠来上寨	
娜 义		女	50	佤	农民	雪管朵	西盟县龙坎村靠来上寨	
娜 南		女	45	佤	农民	雪管朵	西盟县龙坎村靠来上寨	
娜 很		女	60	佤	农民	毯子舞和伴奏	西盟县莫窝村一社	有影响
娜 灰		女	41	佤	农民	甩发舞、青年集体舞	西盟县莫窝村一社	
岩 许		男	34	佤	农民	猎豹归来、剽牛舞	西盟县莫窝村一社	
岩 邦		男	42	佤	农民	抢"牛肉"	西盟县莫窝村一社	
岩 沙		男	45	佤	农民	棺材舞	西盟县莫窝村一社	
岩 波		男	47	佤	农民	江三母罗	西盟县莫窝村六社	
岩罗斯		男	41	佤	农民	剽牛舞、团结歌	西盟县班折村一社	有影响
岩 养		男	26	佤	农民	拉木鼓、敲木鼓	西盟县莫窝乡小马散	有影响
岩 勒		男	24	佤	农民	敲木鼓、跳木鼓房	西盟县莫窝乡小马散	
岩 勇		男	27	佤	农民	扫帚舞、打脚舞	西盟县莫窝乡小马散	
岩 聪		男	42	佤	农民	盖新房、贺新房	西盟县莫窝乡小马散	
岩 散		男	60	佤	农民	竹杆舞	西盟县莫窝乡小马散	
赛嘿朗		男	40	佤	农民	独弦舞和伴奏	西盟县中课村大寨	
卫 龙		男	45	佤	农民	铓锣舞、竹竿舞	西盟县中课村大寨	
叶 伟		女	46	佤	农民	甩发舞春碓舞	西盟县中课村大寨	有影响
叶 贡		女	45	佤	农民	卷叶子、小马铃舞	西盟县中课村大寨	
岩 松		男	54	佤	农民	民舞介绍、来历、传说	西盟县中课村大寨	有影响

姓 名	艺 名	性 别	年 龄	族 别	职 务	擅 长 何 种 舞 蹈	详细地址	备注
岩 罗		男	80	佤	农民	民舞介绍、来历、传说	西盟县中课村小寨	影响大
尼 端		男	42	佤	农民	蚂蚁舞、豹子舞	西盟县窝龙村公所	影响大
岩 胖		男	54	佤	农民	象脚鼓舞伴奏	西盟县窝龙村八社	影响大
岩 松		男	47	佤	农民	猎豹小珠、铓锣舞	西盟县窝龙村八社	
叶 吕		女	48	佤	农民	春碓舞等	西盟县窝龙村八社	
叶 怪		女	42	佤	农民	甩发舞等	西盟县窝龙村二社	
叶 拉		女	43	佤	农民	哦咳朗等	西盟县窝龙村二社	
岩戛领		男	75	佤	农民	拉木鼓、木鼓来历介绍	西盟县新厂村一社	有影响
岩 所		男	65	佤	农民	数家谱（悼念舞）	西盟县新厂村二社	
岩领太		男	53	佤	农民	扫帚舞	西盟县新厂村三社	
岩 戛		男	35	佤	农民	白鹇舞、芦笙舞	西盟县新厂村四社	有影响
岩里斯		男	38	佤	农民	弯脚舞、打脚舞	西盟县新厂村四社	
岩台伞		男	23	佤	农民	二跺脚、三跺脚	西盟县新厂村四社	
岩三台		男	27	佤	农民	白鹇舞、笛伴奏	西盟县歹格拉村二社	有影响
岩产朵		男	31	佤	农民	四跺脚、五跺脚	西盟县歹格拉村二社	有影响
娜 贡		女	37	佤	农民	春碓舞、穿花舞	西盟县歹格拉村二社	有影响
岩 真		男	40	佤	农民	棺材舞	西盟县阿莫村四社	
岩 来		男	50	佤	农民	棺材舞	西盟县阿莫村四社	
岩 散		男	85	佤	农民	盖大房子歌	西盟县阿莫村四社	
岩 在		男	70	佤	农民	贺新房、铓锣舞	西盟县傈僳村王果寨	有影响
岩 方		男	62	佤	农民	剽牛舞	西盟县傈僳村王果寨	
岩 翁		男	40	佤	农民	丧事舞	西盟县傈僳村王果寨	
娜 穎		女	60	佤	农民	毯子舞	西盟县傈僳村王果寨	
娜 吕		女	41	佤	农民	芒果树	西盟县傈僳村王果寨	
岩盆冷		男	86	佤	农民	刀舞、象脚鼓舞	西盟县傈僳村阿佤来	有影响
岩可伟		男	76	佤	农民	盖新房	西盟县傈僳村阿佤来	
岩 沙		男	43	佤	农民	拉木鼓	西盟县傈僳村阿佤来	

姓名	艺名	性别	年龄	族别	职务	擅长何种舞蹈	详细地址	备注
尹艾茸		男	40	佤	农民	孤儿舞	耿马县四排山勐省村	
艾块		男	30	佤	农民	跳虎、赶鬼歌	耿马县四排山老寨村	
叶茸		女	27	佤	农民	穿花	耿马县四排山老寨村	

注：表中年龄为1985年底止

## 主要艺人简介

### 1、李赛寨

李赛寨，男，佤族，一九一五年生。自幼喜爱文艺，八岁学吹芦笙，曾四次参加佤族拉木鼓、猎头祭祀活动，并能吹奏芦笙领舞，木鼓舞、祭祀舞主要由他传授。

建国后，曾参加沧源县庆文艺调演，吹奏佤族芦笙舞曲，获得好评。他传授的佤族猎头祭祀舞蹈中“高格龙勐”（即铓锣舞）经县文工队加工整理，曾进北京演出，受到各级领导奖励，一九八八年在西盟拍了电视。

### 2、鲍伟

鲍伟，男，佤族，一九四七年生，沧源县糯良乡南撒村人，能歌善舞，曾三次参加地区县文艺调演，他吹奏的“树叶”及佤族民间器乐“毕颂”舞曲，深受好评。并获得上级领导的奖励，一九八三年参加全省农民文艺调演吹奏“毕颂”领舞，同时并演唱佤族民歌“拉木桥”调。在昆演出深受欢迎。

### 3、杨赛勐

杨赛勐，男，佤族，一九二六年生，沧源县班老乡永弄村人，幼小爱武术，能歌善舞，曾参加阿佤山“班洪抗英”事件，被称为阿佤抗英英雄。擅长芦笙舞，蜂桶鼓舞，并热心传授技艺，鼓励年青人继承民族传统艺术。一九八〇年在上级领导的支持下，举办了为期十八天的佤族“刀术”学习班，深受群众欢迎，一九八七年十月九日，他被县政府邀请参加了“班洪抗英纪念牌”落成典礼，他演唱了一首佤族民歌“班洪抗英叙事长诗”获得好评，并获奖励。同时还表演了佤族民间舞蹈“扭脚舞”。

### 4、田叶拉

田叶拉，女，佤族，一九三二年生，沧源县岩帅大寨人，能歌善舞，在当地群众中被称为佤族民歌手，并能熟练掌握各种佤族民间舞蹈，如女性“甩发舞”、“儿童舞”等。曾参加地区、县文艺调演，演唱佤族民歌，获得奖励，一九七四年沧源县庆，她演唱的十多首佤族民歌，被云南省广播电视台录制播放。在第二届沧源县农民文艺调演中，以佤族民间女歌手的名誉，被邀请参加演出，他表演的佤族民间舞蹈“甩发舞”获本届演出二等奖。

### 5、田岩块

田岩块，男，佤族，一九四二年生，沧源县岩帅大寨人，自小喜爱民间文艺，放牛时随父亲学习吹奏“树叶”、“笛子”，现任岩帅办事处农民文艺演出队队长，在当地群众中被称为“佤族笛子、树叶演奏能手”，由他吹奏的佤族民间舞蹈“孤儿舞”、“青年舞”深受好评。

### 6、李正明

李正明，男，佤族，一九三六年生，沧源县班洪乡南板村人。会跳芦笙舞40多套，擅长“鸡叫舞”、“班鸠舞”、“喜鹊舞”等模拟动物舞蹈，形象逼真。并能吹奏拉祜芦笙，佤族口弦，是当地主要领舞者，曾多次参加县上调演，是当地有影响的民间艺人。

### 7、白依相

白依相，女，佤族，一九三一年生，沧源县班老乡纳勐村人，自幼习舞，会吹奏佤族民间器乐“口弦”，掌握大量的佤族叙事长诗和民歌，根据当地劳动、生活、生产的习俗，能即兴编创各种民间歌谣，是当地有影响的歌唱和领舞艺人，多次参加县上演出。

### 8、李岩板

李岩板，男，佤族，一九四九年生，沧源县勐来乡曼来村人，自幼开始习舞，掌握“绕脚舞”、“转饭锅舞”、“种包谷舞”共六十多套芦笙舞蹈，他表演的芦笙舞风格别致，特点浓郁，是当地有代表性的民间艺人。

### 9、李叶弄

李叶弄，女，佤族，一九三〇年生，沧源县永和村人，擅长吹奏“口弦”演奏佤族民间乐器“独弦琴”，掌握大量的佤族叙事诗歌和民歌。表演的佤族民间舞蹈“甩发舞”特点浓厚，跳出了佤族妇女粗犷、豪放的性格，是当地有一定影响的民间艺人。

### 10、白饿块

白饿块，男，佤族，一九三八年生，沧源县南腊乡海牙村人，自幼聪明伶俐，十岁跟随民间艺人学芦笙舞，掌握数拾套，在周围村寨很有影响，他的舞蹈风格别致，特别是模拟动物的舞蹈，动作灵活，神态逼真，并擅长演奏佤族“独弦琴”、“小三弦”等民间乐器，曾多次参加县文艺调演。

## 后记

《云南佤族民间舞蹈》是《中国民族民间舞蹈集成·云南卷》的组成部分，在云南省文化厅、云南省舞蹈家协会的支持下，在云南省舞蹈集成编辑部的指导下。在临沧市委、市政府的重视支持下，经全体编写人员的共同努力，今天正式出版发行。

在我们社会主义大家庭里，每一个民族中都蕴藏着丰富的民间歌舞艺术，每一个民族的民间舞蹈都是我们中华文艺百花园中的奇葩。作为我省特有民族的佤族，其民间舞蹈经历了一个漫长的传承与发展过程，它与佤族社会历史的发展，与佤族民俗事象的演变一脉相承，赋予了佤族民间舞蹈丰富的文化内涵。编写这样一本舞蹈丛书，目的不在于各种舞蹈动作的简单再现，而在于摸清它的历史渊源，挖掘它丰富的内涵，让更多的人了解滋生佤族民间舞蹈这朵奇葩的社会土壤。

本卷的编写任务，在1987年全省第五次编写工作会议上确定由佤族民间舞蹈最丰富的临沧地区完成，当时临沧暂定由郑云志、王世雄负责，后因人事变动和经费等原因，一直未能启动。1992年7月，省编辑部召开第六次编写工作会议，临沧派王世雄，鲍志明参加了会议，省文化厅、省民舞集成编辑部再次重申了编写佤族卷的时间和任务，于是，当时的行署文化局开始抓这项工作，由王世雄、鲍志明、彭成芳、刘永根等同志组成编写小组，王世雄任主编，省编辑部派陈净兼任业务副主编。于1992年8月14日开始编写，集中突击一个多月，于10月初完成第一稿，尔后又根据省编辑部的审稿意见以及下沧源实地采访的情况和参考其他各界人士的意见修改定稿，经省文化厅、省舞蹈集成编辑部组织专家会审，认为该书“资料全、探讨深、叙述清、文字精、还原好、合体例”，有一定科研价值和史料价值，建议公开出版，后由于种种原因未能成书。2000年，时任行署文化局长局长的马迎春重抓出书事宜、再筹集资金，因人事变动未能如愿。2001年，时任行署文化局长局长的唐现春再议出书，由王世雄牵头，再次修改，形成了打印本《云南佤族民间舞蹈》。2006年，新任的临沧市文化局局长张龙明在市长刘明的支持下，再次组织人力财力，终于出版了这本《云南佤族民间舞蹈》。

本书的编成，得到了各有关部门的关心和支持。本卷编写小组成立之前，临沧地区的民舞集成工作由地区群众艺术馆承担，由郑云志、彭成芳、李岳、杨兆麟、陈慈忠等同志组成的民舞集成办公室工作人员负责指导全面工作。从1985年开始，各县相继成立民舞集成工作小组，深入全区各县有关民族村寨，收集、组织编写了全区8个县的县卷资料本，培养了一批舞蹈集成的业务骨干，为我们编写这本“佤族卷”奠定了基础。沧源佤族自治县文化局、沧源文工队、地区群众艺术馆，对本卷的编写给予了大力支持。省编辑部的主编聂乾先、副主编龙翔、编辑陈净、陈恒等专家对本书的编写给予了详细的指导帮

助。原临沧行署副专员，后任省民委副主任赵和、原临沧群众艺术馆副馆长，地区民舞集成办公室主任郑云志，原沧源文化局局长周天相，原沧源民舞集成工作小组的杨赛亮、李学宏、杨丽萍以及沧源县纪委书记李根祥等同志都对本卷的编写工作给予了支持和帮助。云南省文化厅、中共云南省委宣传部、临沧市委、市政府对本书的编写与出版给予了极大的关注与支持。省委省政府老领导和志强、王天玺、省文化厅厅长贺光曜分别为本书题词题字，副市长马迎春在担任文化局长期间，以及历任行署文化局局长的禹崇全、唐现春，对本书的编辑出版给予了关注与支持，现任市文化局局长张龙明主抓出版事业并为本书作序，本书出版过程中，得到了云南民族出版社的大力支持，在此，我们一一表示衷心感谢。

本卷的编写在收集大量原始资料的基础上，基本是在沧源、西盟两个县卷资料本的基础上进行，我们的出发点是：为一个民族负责，只要是有特点的舞蹈，不分地区、不论形式、无条件选入。在确定选题时，我们力求做到舞种全，有特点。所选的舞蹈节目，虽大都是沧源、西盟佤族民间舞蹈，但基本可以反映出云南佤族民间舞蹈的全貌，基本可以体现佤族民间舞蹈的独特风格。当然，由于其它资料的缺乏和编写者水平有限，错漏之处在所难免，恳请各位专家学者批评指正。

云 南 省 临 沧 市 文 化 局  
中国民族民间舞蹈集成·云南佤族卷编辑部  
二〇〇六年八月

[General Information]

□ □ =□ □ □ □ □ □ □ □

□ □ =□ □ □ □ □ □ □

□ □ =255

SS□ =1717271

DX□ =

□ □ □ □ =2006□ 9□

□ □ □ =□ □ □ □ □ □

□ □  
□ □  
□ □  
□ □  
□ □  
□ □ □ □ □ □ □ □ □  
□ □ □ □ □ □ □ □  
□ □ □ □ □ □ □ □  
□ □ □ □ □ □ □ □  
□ □ □ □ □ □ □  
□ □ □ □ □ □ □ □  
□ □ □ □ □ □ □ □  
□ □ □ □ □ □ □ □  
□ □ □ □ □ □ □ □  
□ □ □ □ □ □  
□ □ □ □ □ □  
□ □ □ □ □ □  
1□ □ □ □  
2□ □ □ □  
3□ □ □ □  
4□ □ □ □  
5□ □ □ □ □ □ □  
□ □ □ □ □  
□ □ □ □ □ □  
□ □ □ □ □ □ □ □  
□ □ □ □ □  
□ □ □ □  
1□ □ □ □  
2□ □ □ □  
3□ □ □ □  
4□ □ □ □  
5□ □ □ □  
6□ □ □ □  
7□ □ □ □  
8□ □ □ □  
9□ □ □ □ □  
10□ □ □ □  
11□ □ □ □  
12□ □ □ □  
13□ □ □ □  
14□ □ □ □  
15□ □ □ □  
16□ □ □ □ □  
17□ □ □ □

□ □  
1□ □ □ □  
2□ □ □ □  
3□ □ □ □  
4□ □ □ □  
5□ □ □ □  
6□ □ □ □  
7□ □ □  
8□ □ □ □  
9□ □ □  
10□ □ □ □ □  
11□ □ □ □

□ □ □  
1□ □ □ □  
2□ □ □ □  
3□ □ □ □  
4□ □ □ □  
□ □ □ □  
1□ □ □ □ □ □  
2□ □ □ □ □ □  
3□ □ □ □ □ □  
4□ □ □ □

□ □  
1□ □ □ □ □ □  
2□ □ □  
3□ □ □ □  
4□ □ □ □ □ □  
5□ □ □ □  
6□ □ □ □  
7□ □ □ □  
8□ □ □ □  
9□ □ □ □  
□ □ □ □

1□ □ □  
2□ □ □ □

□ □ □  
1□ □ □ □  
2□ □ □ □  
3□ □ □ □  
4□ □ □ □  
5□ □ □ □  
6□ □ □ □

7□□□□  
8□□□□□□  
9□□□□  
10□□□□  
  
□□□  
1□□□□□□□□□  
2□□□□□□□□□  
3□□□□  
4□□□□  
5□□□□  
  
□□□  
□□  
□□□□□  
□□□□□□“□□□”  
□□□□□□□□□□□□  
□□□□□□□□□□  
□□□□□□□□□□  
□□□□□□□□□□  
□□□□□□□□□□  
□□□□□□□□□□□□□□  
□□□□□□□□□□□□□□□□□□“□”  
□□□□□□  
□□□□□□  
□□□□□□□□  
□□□□□□□□  
□□□□□□  
□□□□□□